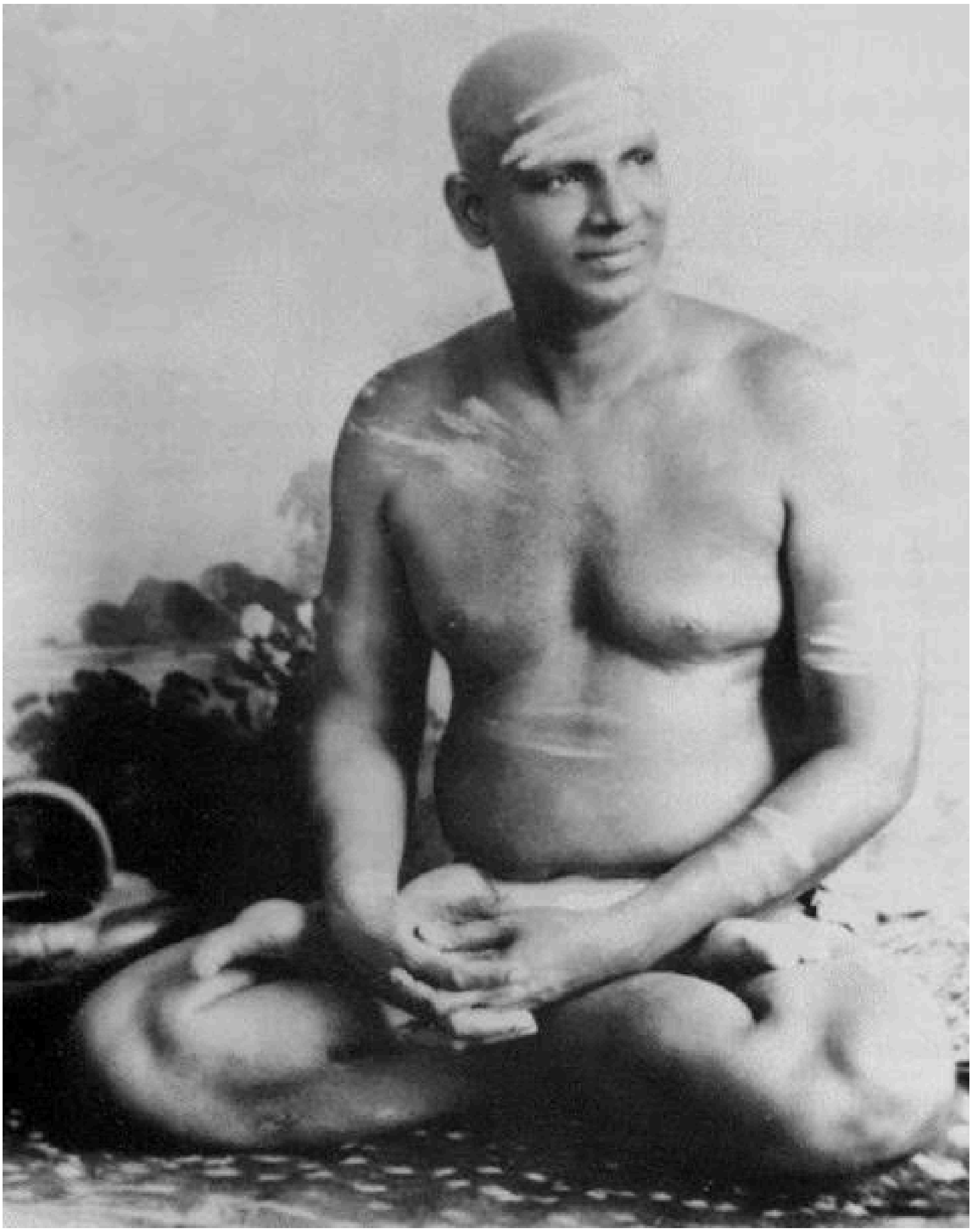
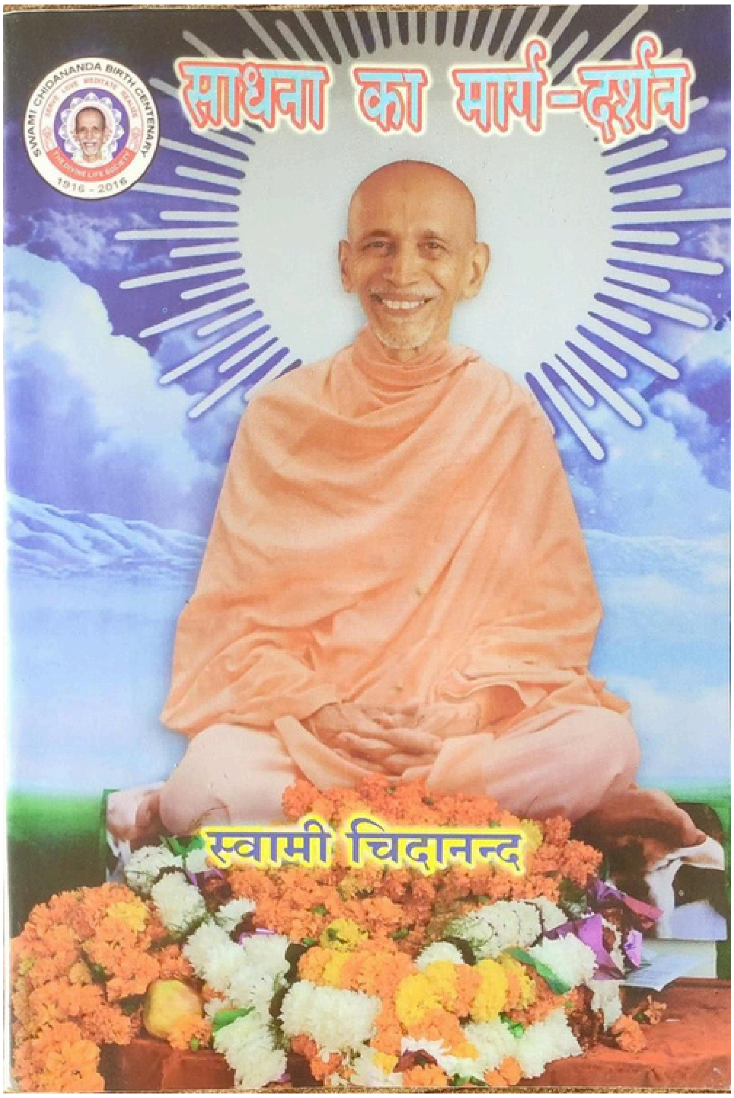



SWAMI CHIDANANDA BIRTH CENTENARY
THE DIVINE LIFE SOCIETY
1916 - 2016
साधना का मार्ग-दर्शन
स्वामी चिदानन्द

साधना का मार्ग-दर्गन

श्री स्वामी चिदानन्द

प्रकाशक

द चिवाइन लाइफ सोसायटी

पत्रालय : चशवानन्दनगर-२४९१९२

चिला : चटहरी गढ़वाल,उत्तराखण्ड (चहमालय), भारत

www.sivanandaonline.org, www.dishq.org

प्रथम संस्करण : २०१६

(२,००० प्रचतयाँ)

Swami Chidananda Birth Centenary Series-96

ननिःशुल्क नितरणार्ग

'द चिवाइन लाइफ सोसायटी, चशवानन्दनगर' के चलए
स्वामी पद्मनाभानन्द द्वारा प्रकाचशत तथा उन्हीं के द्वारा 'योग-वेदान्त
फारेस्ट एकिोमी प्रेस, पो. चशवानन्दनगर-२४९१९२,
चिला चटहरीगढ़वाल, उत्तराखण्डमेंमुचित।
online orders and Catalogue visit: dlsbooks.orgFor

प्रकाशकीय

परम आराधनीय श्री स्वामी चिदानन्द िी महारिा की िन्मशती के पुनीत अवसर की चनचदिष्ट शुभचतचथ २४ चसतम्बर २०१६ है। इस मंगलमय महोत्सव को मनाने हेतु मुख्यालय चशवानन्द आश्रम की सुचनचित यिोना-अनुसार परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द िी महारिा के प्रबोधक प्रविनों ंसे समाचवष्ट एक सौ पुस्तिकाओं ंका प्रकाशन चनिःशुल्क चवतरणाथि चकया िा रहा है।

चवश्ववंद्य सद्‌गुरुदेव श्री स्वामी चशवानन्द िी महारिा के चदव्य िीवन-चसद्धान्तों ंके प्रिार-प्रसाराथि परम पूिनीय श्री स्वामी चिदानन्द िी महारिा व्यापक रूप से देश-चवदेश में आध्यास्तिक यात्रा करते हुए असंख्य चिज्ञासुओं, ं भगवद्भक्तों ंको अपने स्वतिःसुफुररत सहि, अतीव गहन पे्ररक प्रविनों ंद्वारा चदव्य िीवन का पथ चनदेचशत करते रहे। सद्‌गुरुदेव की चदव्यानुभूचत के अनुसार स्वामी चिदानन्द िी के प्रविन एक सन्त-हृदय के सहिानुभूत अन्तज्ञािनयुक् प्रकचटत भावोद्गार हैं।

अब तक के उनके कुछ अप्रकाचशत व्याख्यानों ंको पुस्तिका रूप में प्रकाचशत कर श्री स्वामी िी महारिा को िन्म शताब्दी के महान् शुभावसर पर उनके पावन श्रीिरणों ंमें सादर सप्रीत भेंट समचपित करते हुए हम हषि का अनुभव कर रहे हैं। प्रिुत पुस्तिका 'साधना का मागि-दशिन' अन्य स्थानों ंमें चदये गये पााँि प्रविनों ंका संकलन है।

मुख्यालय चशवानन्द आश्रम के अंतेवाचसयों ंद्वारा इन प्रविनों ंके अचभलेखन, सम्पादन तथा संकलन कायों में पे्रमपूणि सेवा-सहयोग के चलये हम हाचदिक कृतज्ञता प्रकट करते हैं।

परम चपता परमािा, हमारे आराध्य श्री सद्‌गुरु भगवान् श्री स्वामी चशवानन्द िी महारिा और परम पावन श्री स्वामी चिदानन्द िी महारिा के अनन्त शुभाशीवािद सब पर रहें!

-द चडिाइन लाइफ सोसायटी

चनषय-सूची

१.साधना का मागि-दशिन

('७.२.९० को भिक उ़डीसा में चदया गया प्रविन)

चदव्य आिो स्वरूप! प्यारे भगवत् भक्, श्रद्धा-चवश्वास युक् सत्संग प्ेरेमी, सज्जन वृन्द ! आध्यास्तिक िीवन में रुचि रखते हुए, आध्यास्तिक साधना पथ में साधना करते हुए, िीवन के परम लक्ष्य भगवत् प्रास्ति में आगे बढ़ने वाले साधक वृन्द ! समि शुभ कायि भगवत् इच्छा से ही सम्पन्न होते हैं। धन-दौलत, मोटर कार, आचद भौचतक सुख-सुचवधाएँ, मकान, पैसा आचद तो स्मगलर को, काला बािार करने वाले को, चमलावट करने वाले को, रििि-ाकू को, सट्टा खेलने वाले को भी चमल सकता है। गलत चदशा में िाने वालों ंको प्रपंि के समि ऐश्वयि प्राि हो सकते हैं। चकन्तु दुलिभ िीज़ चकसी भी प्रयत्न्न से नहीं ंचमलती है। वह केवल भगवत् कृपा से, पूविकृत पुण्ों ंसे, सन्तों ंके आशीविाद से और ईश्वर अनुग्रह से ही चमलती है। दुलिभ क्या है? सत्संग और हरर कथा, ये दो िीिें दुलिभ

हैं िो सबको नहीं ंचमलतीं, ं केवल राम कृपा से ही चमलती हैं- 'चबनु सत्संग चववेक न होचह राम कृपा चबन सुलभ न
सोचह' सत्संग चमलना अत्यंत दुलिभ एवं दुष्कर है। आि आपको श्रद्धालु भक्तों, ं साधकों, ं भगवत् प्रेचमयों ंऔर सज्जनों ंका सत्संग चमल रहा है। मंच पर महापुरुर्, यती-संन्यासी और चवद्वान् बैठे हैं। कहते हैं 'स्वदेशे पूज्यते रािा चवद्वान् सवित्र पूज्यते'। चवद्या केवल अपने चलए नहीं ंहै, सब को आदान-प्रदान करके लाभास्तित करने के चलए है। इस समय यह स्थान वैकुण्ठ तुल्य है, इसके समक्ष इन्द्रलोक भी चनकृष्ट है। िहााँ पर श्रद्धालु भस्तक् भाव से चमलकर चदव्य भगवद् नाम का उिारण करते हैं, गुणगान करते हैं, वहााँ पर चवशेर् रूप से भगवान् चवरािमान होते हैं। िहााँ पर भगवान् चवरािमान हैं, वह स्थान वैकुण्ठ कहलाता है। सन्ध्याकाल के मुहूति में, सास्तिक ग्रहणशील मन के साथ हम सब एकचत्रत हुए हैं। इसके चलए भगवान् को हृदय से धन्यवाद देना िाचहए, कृतज्ञता प्रकट करनी िाचहए।

कचलकाल में मानव अल्प आयु का है, शरीर भी इतना हृष्ट-पुष्ट नहीं ंहै चितना हमारे पूविों ंका रहा है। वे कचठन योग चियाओं ंका अभ्यास करते थे, एक पैर पर खडे होकर, हाथ ऊपर उठाकर तपस्या करते थे, िप-ध्यान करते थे। श्रीमद्भागवत महापुराण में बालक ध्रुव की तपस्या का ऐसा वणिन है चिसे पढ़कर मन कााँप िाता है। हम तो उनका दशवााँ चहस्सा भी तप नहीं ंकर सकते। उन चदनों ंमें शुद्ध वातावरण था, आहार शुद्ध था, हवा, पानी में पररशुद्धता थी, कोई भी चवर्म वि अन्दर नहीं ंपहुाँिती थी। मानव मात्र की आदतें भी अच्छी थीं–सबेरे ल्दी उठकर स्नान करना, व्यायाम, आसन-प्राणायाम करना, भगवद्-उपासना करना। अभी आिकल तो मनुष्य का पूरा का पूरा िीवन कृचत्रम हो गया है। अंग-प्रत्यंग दूचर्त हो गये हैं। अभी िल, वायु, आहार से चवर्ैली िीिें हमारे अन्दर िाती हैं। ऐसी पररस्तस्थचतयों ंमें कचठन योग चियाओं ंका अभ्यास करना असम्भव है। सोलह आना असम्भव है।

भगवान् कहते हैं, 'मानव की समस्याएाँ िचटल हैं और शस्तक्यााँ सीचमत हैं हम िानते हैं,' इसचलए अपने श्री मुख से एवं सन्तों ंके मुख से स्पष्टतः कहला चदया है चक भगवत् प्रास्ति के चलए सुगम मागि बनाकर रािमागि खोल चदया है और वे अब अप्रकट, सूक्ष्माचतसूक्ष्म, शुद्ध तत्त्व रूप में रहेंगे। त्रेता युग, द्वापर में भगवान् ने स्वयं मानव लोक में, सगुण में अपने स्वरूप को रखकर के मानव की तरह व्यवहार चकया। द्वापर युग में भी भगवान् श्री कृष्ण ने अपनी अवतार लीला की। िो भी कुछ करना था सबके
साधना का मागि-दशिन बीि में रहकर के चकया। उनका चदव्य स्वरूप सबके चलए दृचष्टगोचर था। चकन्तु ितुथि युग में कचल के प्रभाव से मानव की दूचर्त दृचष्ट के कारण उनके चदव्य स्वरूप के दशिन होना असम्भव सा हो गया। अपना चदव्य स्वरूप, िो तीनों ंयुगों ंमें आमने-सामने प्राि था, उसको उन्होंने अन्तधिान कर चदया। ऋचर्-मुचनयों ंने भगवान् के पास िाकर प्राथिना की, आग्रह चकया चक इस कचलकाल में आपकी उपस्तस्थचत एवं आपके स्वरूप के चदव्य दशिनों ंकी सबसे अचधक आवश्यकता है। आपने मानव को अपने दशिनों ंसे वंचित करके भयंकर पररस्तस्थचत उपस्तस्थत कर दी है।

भगवान् ने कहा, 'नहीं–नहीं ंऐसी बात नहीं ंहै, हम अपनी मयािदा रखते हुए आपको एक रहस्यािक तत्त्व बता देते हैं। यद्यचप हमारा स्वरूप कचलकाल में दृचष्टगोचर नहीं ंहोगा। लेचकन स्वरूप से भी अचधक शस्तक्शाली तत्त्व िो हमसे अलग नहीं ंहै, अचभन्न है, मेरा ही प्रकट स्वरूप है, उस गूढ़ शस्तक्शाली तत्त्व का, मेरे नाम का आश्रय लेकर अभ्यास करके इस कचलकाल में भी मानव मेरे प्रत्यक्ष स्वरूप के दशिन कर सकेगा।

वेदान्त इसको 'नाद-ब्रह्म' कहता है, िो अस्तखल परात्पर ब्रह्म तत्त्व है। िो सविप्रथम आद्य-स्पन्दन के रूप में, चवश्वािक-नाद के रूप में प्रकट हुआ, वह आचद-नाद 'ॐ ॐ ॐ प्रणव' है। यही नाद शब्द परब्रह्म को प्रकट करता है। यह नाम रूप से परे चनगुिण चनराकार तत्त्व है। नाद केवल संज्ञािक शब्द है। 'तस्य वािकः प्रणवः' ऐसा महचर्ि पतञ्जचल के योग दशिन में सूत्र है। प्रणव भगवान् के सब नामों ंमें चनचहत है- चवष्णु सहस्र नाम, चशव सहस्र

नाम, सूयि सहस्र नाम, गणेश सहस्र नाम आचद सब नाम प्रणव से ही प्रकट हुए हैं, आचदमूल प्रणव ही है। अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड के अन्दर प्रणव चनचहत है। सब नाम सूक्ष्मरूप से, अव्यक् रूप से प्रणव में चनचहत है। सब मन्त्र चकसी न चकसी नाम से युक् सूक्ष्म एक संरिना है। सब मन्त्रों ंमें प्रणव की ही शस्तक् है िो साक्षात् भगवान् की ही शस्तक् है। ब्रह्म शस्तक्, परा शस्तक् प्रणव ही है। भगवान् की चदव्य शस्तक् से ओत-प्रोत है हर नाम, इसचलए कहा भी है —

हरेनागमै हरेनागमै हरेनागमै किलम् ।
कलौ नास्ेत्यै नास्ेत्यै नास्ेत्यै र्नतरन्यरा् ।।

आब्रह्मस्तम्बपयगन्ंत मायामयमखिलम् जर्त्।
सत्ंय सत्ंय पुनसगत्ंय हरेनागमै किलम्।।

साक्षात् सृचष्टकतिा िातुमुख प्रिापचत ब्रह्मा से लेकर के तृणपयिन्त पूरी की पूरी सृचष्ट मायामय है, केवल दृश्य मात्र है, पहले भी नहीं ंथी, बाद में भी नहीं ंरहेगी। िैसे वरि्ा ऋतु में घनघोर बादल के समय खटाक से चबिली मिकती है, पहले भी नहीं ंथी बाद में भी नहीं ंरहती। एक क्षण के चलए अन्धकार िला िाता है, प्रकाश आ िाता है, दूसरे ही क्षण चफर अन्धकर हो िाता है। िैसे चवद्युत छटा काले मेघ में तात्काचलक है, क्षचणक है, वैसे ही िो अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड है, वह अनाचद, अनन्त, असीचमत परात्पर तत्त्व में क्षचणक है।

रा्न्ताकारं भुजर्र्यनं पद्मनाभं सुरेर्ं
निश्वाधारं र्र्नसदृर्ं मेघिणं र्ुभाङ्गम्।
लक्ष्मीकान्ंत कमलनयनं योनर्नभर्ध्र्ागनर्म्ंय
नि्दे निष्ुं भिभयहरं सिगलोकैकनार्म्।।

ऐसे सोये हुए महाचवष्णु साक्षात् परब्रह्म के प्रतीक हैं। अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड का सिृन कैसे हुआ ? अनन्त काल तक भगवान् योग चनिा में मगन रहते हैं। उनके आँख खोलते ही अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड का सिृन हो िाता है, आँख बन्द करते ही अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड का लय हो िाता है। अन्यत्र कहा है चक परब्रह्म आचद नारायण का श्वास आते ही अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड प्रकट हो िाते हैं और श्वास छोडते ही अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड तत्क्षण चवचलन हो िाते हैं। हमारी देश-काल में सीचमत बुस्तद्ध के चहसाब से तो हमारे समय से हिारों–ंलाखों ंवरि् बीत िाते हैं। बसंत ऋतु, चशचशर ऋतु, वरि्ा ऋतु, शरद ऋतु, गीष्म ऋतु, हेमन्त ऋतु आचद कई ऋतुएँ बीत िाती हैं।

नदनयानमन्यौ सायं प्रातिः नर्नर्रसन्तौ पुनरायातिः ।
कालिः क्रीनत र्च्छत्यायुस्तदनप न मुंचत्यार्र्ायुिः।।

ब्रह्मा का चहसाब हमारे चहसाब से चनराला है। सत्य, त्ेरेता, द्वापर और कचल मृत्ुयुलोक के इन िार युगों ंको एक ितुयुिगी कहते हैं। ऐसी एक हिार ितुयुिगी बीतने पर ब्रह्मा िी का एक चदन होता है और एक हिार ितुयुिगी बीतने पर ब्रह्मा िी की एक रात होती है। चदन-रात की इसी गणना के अनुसार ब्रह्मा िी की सौ वर्ों की आयु होती है। हमारे तो लाखों ंकी संख्या में ितुयुिग बीत िाते हैं।

इस कालिि से परे िाकर परब्रह्म की अनन्त-असीचमत अवस्था को प्राि करके सदा के चलए चनहाल हो िाना है, आनन्द को प्राि करना है। भगवत् प्रास्ति का सुख अनन्त, अपार और अगाध है, यं प्राप्य न चनवतिन्ेते तद्धाम परमं मम। चिसके प्राि होने पर चफर लौट कर नहीं ंआते, वह भगवान् का परम धाम है, इसी को प्राि

करना है। इसके चलए व्याकरण, संसूकृत, वेद-वेदान्त, दशिन पढ़ने की िरुरत नहीं ंहै, केवल मात्र चदल की लौ उनकी तरफ होनी िाचहए।

सतं्संग द्वारा साधु-सन्तों ंका आशीविाद प्रिा करके, प्राथिना करके, नाम में रुचि उत्पन्न करके अभ्यास करना िाचहए। िगन्नाथ भगवान् के श्री िरणों ंमें हमेशा अिौ अपिण करें, 'हे प्रभु! हमें नाम में रुचि दो, दूसरा कुछ नहीं ंिाचहए।' 'कचलयुग केवल नाम अधारा' सरल सुगम मागि है, सबके चलए प्राप्य है। इसके चलए िात-पांत, ऊाँि-नीि, स्त्री-पुरुर्, छोटे-बडे का कोई अन्तर नहीं ंहै। नाम की पररपूणि योग साधना सबके चलए है और सब इसके अचधकारी हैं। साधन ितुष्टय सम्पन्न होकर अचधकारी बनना है, आचद ये सब शतें नहीं ंहै। केवल मात्र भगवान् के रिणों ंमें श्रद्धा, चवश्वास और रुचि रखनी है।

नाम रटने के चलए सबको एक ही िीज़ िाचहए 'िीभ' और इस िीभ के द्वारा िो गप-शप, गाली-गलौि, झगडा-फसाद, अन्ट-शन्ट बोल देते हैं, ये सब नहीं ंकरना िाचहए। मााँ सरस्वती की वाणी-शस्तक् भगवान् ने हमको दी है तो हम भगवान् का नाम ही रटेंगे, ऐसा चनिय करना िाचहए।

बि िब िन्म लेता है, उसी क्षण से उसकी तथाकचथत चितनी चिन्दगी है, उसकी अस्तन्तम श्वास अथिात् मृतु्यु की ओर की यात्रा शुरु हो िाती है। हर घडी, हर चदन, हर सूयोदय, सूयाि मृतु्यु के और चनकट िा रहा है। यह चत्रबार सत्य है। अतिः 'उचत्तष्ठत ! िाग्रत ! प्राप्य वराचन्नबोधत', सोवो नहीं ंिागे रहो। भगवान् ने हमें सुनहरी अवसर चदया है, चकनु्तु सीचमत ! चदन प्रचत चदन इसकी अवचध घट रही है।

बि एक वर्ि होता है, लोग िन्म चदवस मनाते हैं। क्या िन्म चदवस मनाते हैं? उसकी आयु में एक वर्ि घट गया। चमठाई बााँटते हैं, माचमिक अथि को नहीं ंसमझते हैं। उसकी आयु ७० वर्ि थी तो अब ६९ वर्ि रह गई, अगली बार ६८ रह िायेगी। हर वर्ि वह बढ़ता िाता है, चकनु्तु आयु एक-एक वर्ि कम होती िाती है। भगवान् ने हमें यह िीवन रूपी अमूल्य अतुल्य पुरस्कार, शरीर के िो नहीं ंचदया है। केवल खाना, पीना और सोना, इसके चलए हम नहीं ंआये हैं।

इस मृतु्युलोक में हम दो बातों ंके चलए आये हैं। एक तो पूविन्म कृत कायों का कुछ चहस्सा भोग करने के चलए आये हैं। शुभाशुभ कमों के फल-रूप सुख-दुिःख को भोग कर उनको समाि करना है। यह िीवन का गौण उदे्देश्य है। मुख्य उदे्देश्य क्या है ? भगवान् ने हमको चविार शस्तक्, बुस्तद्ध, भावना आचद देकर भेिा है िो चक कीट-पतंग, पशु-पक्षी अन्य िीवों ंमें नहीं ंहै।

यहााँ आ कर प्रकार के लक्ष्यों ंको प्रिा करने के चलए भगवान् ने सुनहरी अवसर चदया है। िाहें या न िाहें प्राणी मात्र के साथ हमारा व्यवहार, सम्पकि अचनवायि है। तो इस व्यवहार में िाग्रत, होचशयार, खबरदार रहें चंक कमि बन्धन का बोझा और अचधक नहीं ंिढ़ िाये। ऐसे कमि करें, व्यवहार करें चक सदा के चलए बन्धन को समाि करते हुए आगे बढ़ते िायें। घर-पररवार, अडोस-पडोस, चमत्र-मण्डली, कायिके्षेत्र में सबके साथ सास्तिक व्यवहार होना िाचहए।

मुख्य उदे्देश्य क्या है? आचध भौचतक, आचध दैचवक और आध्यास्तिक तापत्रयों ंसे परे िाकर हम ऐसी अनुभूचत प्रिा कर लें चिस अनुभूचत से दुिःख, शोक, चिन्ता, संकट और ददि आचद से सविदा के चलए आत्यस्तन्तक चनवृचत्त हो िाये। अत्यन्त सुन्दर तत्त्व, मधुर तत्त्व, आनन्दमय तत्त्व भगवत् तत्त्व चिन्ोंनें इसका थोडा सा भी स्वाद ले चलया है, अनुभव कर चलया है उसके सामने अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड के सब तथाकचथत सुख फीके लगेंगे। इन्द्र का पद, स्वगि का साम्राज्य भी नहीं ंिाहेंगे। सारा स्वगि हमारे िरणों ंमें रख दें, तब भी हम कहेंगे, 'हटाओ, ले िाओ हमें नहीं ंिाचहए, चिनको िाचहए उनें् दे दो। हमें िो चमला है वह अतुल्य है, उसके साथ चकसी की भी सनु्तुलना

नहीं ंहै। ब्रह्मा की पदवी भी हमें नहीं ंिाचहए।' चिसका आकरि्ण कोई भी सहन नहीं ंकर सकता, इन्द्रलोक की रम्भा, चतलोत्तमा, उविशी, मेनका आचद अप्सराओं ंका सौंदंयि भी श्मशान में िली चिता की राख के समान लगेगा। भगवान् श्री कृष्ण का मुखारचवंद, भगवान् नारायण के दशिन, भगवान् श्री राम का रूप लावण्, भगवान् शंकर का दशिन चिसको एक क्षण के चलए भी हो गया है, उस के बाद वह चकसी अन्य िीज़ को देखने की भी इच्छा नहीं ंकरेगा। ऐसे आनन्द सागर में प्रवेश पाकर सदा के चलए मगन हो िाना है। यही चनभिय और मुक् अवस्था है। इसे पा लेने पर पुनिः यहााँ आकर के रोना नहीं ंपडता।

आप केवल मानव ही नहीं ंहै, मानवता के अन्दर आप एक चदव्य ज्योचत हैं। मानवता आपके ऊपर ढ़ायी हुई तात्काचलक भूचमका है, पहले भी आप मानव नहीं ंथे बाद में भी नहीं ंरहेंगे। आप सदा सविदा परब्रह्म परमाि के अंश हैं। उनका आपका सम्बंध अनाचद अनन्त और चनत्य है। िैसे वे चदव्य पररपूणि ज्योचतमिय ऄि तत्त्व है, उसी प्रकार आपके चलए शास्तन्त, आनन्द, चदव्यता और ज्ञान की कमी नहीं ंहै। लेचकन आप अपने आपको भूल िुके हैं। अपने वािचवक लक्ष्य को छोडकर अन्यत्र माया बािार में िाकर फाँस गये हैं। वहााँ से दृचष्ट को हटाकर अपनी वािचवकता पर होश रखो।

आप कौन हैं? चकसी कुत्े, घोडे, या अन्य पशु का शरीर नहीं ंहैं, आप मानव शरीर हैं। आपका सि स्वरूप सस्तिदानन्द है, नाम-रूप से परे, देश-काल से परे, िन्म-मृतुयु रचहत हैं। आप सस्तिदानन्द स्वरूप ऄि हैं, यह चत्रबार सत्य है, बाकी सब खोटा है। इस सत्य की उपासना करो, अपने आप का होश िाग्रत करो। बोलो, 'मैं ऄिर अमर अचवनाशी ऄि हूाँ। स्थूल, सूक्ष्म, कारण, तीनों ंशरीरों ंसे परे ऄि हूाँ। अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, चवज्ञानमय, आनन्दमय, पंिकोशों ंसे परे सस्तिदानन्द ऄि हूाँ। हमारे चलए क्या कमी है? भगवान् हमारे हैं, हम भगवान् के हैं।'

प्रपंि में हम एक मुसाचफर हैं, यहााँ तो कुछ चदन रहकर िले िाना है। उनके साथ हमारा चनत्य का सम्बंध है, भगवान् अपने पास आने के चलए हमारा इंतिार कर रहे हैं। मानव शरीर देकर सुनहरी सुन्दर अवसर चदया, उसको खोकर इधर-उधर भटक रहे हैं। भगवान् को बहुत दुिःख होता है बदिाश्त नहीं ंहोता, इसचलए उन्ोंनें व्यास भगवान्, वचसष्ठ भगवान्, याज्ञवल्क्य महचर्, नारद मुचन, महचर् पतञ्जचल को भेिा। आपको अपनी भूल से िगाकर अपनी तरफ खींिने के चलए बार-बार महापुरुर्ों,ं महचर्यों ंको भेिते रहते हैं।

हमें बार-बार फटकारते हैं, िताने के चलए आह्वान करते हैं। इस उन्नीसवीं ंतथा बीसवीं ंशताब्दी में इतने महापुरुर्ों ंको भेिा है, उनके द्वारा चदया गया ज्ञान का भण्डार हमें प्राि है। इतने ज्ञान का ऐश्वयि चकसी भी शताब्दी में इस धरती पर चकसी भी िनसमुदाय को प्राि नहीं ंहुआ है, चितना हमें प्राि है। इसको वृथा नहीं ं खोना है, अपनाना है, अध्ययन करना है। भगवत् प्रास्ति के चलए सतत प्रयास करना है।

परम लक्ष्य की प्रास्ति के चलए हमारे कमि सास्तिक और शुद्ध होने िाचहएाँ। स्वाथि, अहंकार और आशा का त्याग करके प्रभु से प्राथिना करें, 'हे प्रभु! हमें ऐसा वरदान दो चक िब तक हम इस िीवन यात्रा में रहें, हमारे द्वारा सब का भला हो। काया वािा मनसा प्राणी मात्र की ज्यादा से ज्यादा सेवा कर सकें। हमारे से सभी लाभास्तित होने िाचहएाँ, हम देते-देते-देते ही िायें। िहााँ पर कोई कष्ट है तो हम उसका चनवारण करें। कोई बोझे से त्रि है तो हम उसका बोझा उठायें। कोई रो रहा है तो उसके आाँसू पोंछंकर के उनके िीवन में प्रकाश ले आएाँ। चनराशा है तो आशा को ले आएाँ। हम भी भगवान् की तरह सवि कल्याणमय गुणों ंके केन्द्र होकर स्वाथि नाम का भद्दापन छोड दें। चनिःस्वाथी परोपकारी बनकर िीवन में सदा हम देते-देते ही िायें। इस प्रकार का त्यागमय, प्ेरेममय, परचहतकारी िीवन बनाने पर हमारा एक माला का िप, सौ माला िप के बराबर होगा।

धमि के आधार पर मोक्ष की प्रास्ति होती है। िहााँ पर धमि है, वहााँ पर एक न एक चदन मोक्ष अवश्यमेव प्रा होगा। धमि का अथि है ईश्वर का सामीप्य, आस-पास के प्रत्येक नाम-रूप में उनकी उपस्तस्थचत की अनुभूचत।
अन्यथा तुम धाचमिक व्यस्तक् कहलाते हुए भी धमि चवहीन रह िाओगे। भले ही आप योग-वेदान्त पढ़ो, पूिा-पाठ करो, यात्रा करो, चनतनेम करो, उपवास करो, िागरण करो, चकनुतु चफर भी भगवान् आपसे उतना ही दूर हैं चितना सूयि भगवान्, मोक्ष चबलुकुल असंभव है। धमि मोक्ष का आधार है।

धाचमिक िीवन माने चनिःस्वाथि परोपकारमय सविचहतकारी िीवन। स्वाथि को त्याग करके, चतलाञ्जचल देकर अच्छा िीवन बनाने के चलए कचटबद्ध हो िाना िाचहए, अन्यथा इससे बढ़कर कोई भूल नहीं है, क्योंचक- 'िब चचडयन खेती िुग िाली, चफर पछताये क्या होवत है।' इस चलए, 'उचत्तष्ठत! िाग्रत ! प्राप्य वराचन्नबोधत ।' अभी ित िाओ। आि शाम से, कल सवेरे से साधनामय िीवन में उतर िाओ। लेचकन आिम्बर नहीं करना है। पाठ करें, िप करें, पूिा करें चकनुतु चकसी को भी मालूम नहीं होना िाचहए। व्यस्तक्गत आन्तररक िीवन के चलए केवल मात्र गुि साधना करें। उनके और आपके बीि एक रहस्यिाक सम्बंध है। चनरन्तर भगवत् चिन्तन, स्मरण, िप, चलस्तखत िप करें और सविसाधारण व्यवहार में परोपकार ही परोपकार करें। मेरे चलए कुछ नहीं िाचहए, मैं औरों के चलए क्या कर सकता हूाँ-सदा यही चविार मन में रखें।

धमि के चवपरीत काया वािा मनसा कोई भी िेष्टा नहीं करनी िाचहए। दूसरों का अचहत करने से पहले अपना अचहत होता है। यचद आप अपना चहत िाहते हो तो धमि को छोडना नहीं, धमि से बढ़कर कोई ऐश्वयि नहीं है, धमि से बढ़कर कोई चहतकारी तत्त्व नहीं है, धमि से बढ़कर आपका कोई चमत्र नहीं है। इस मृतुयुलोक में भगवान् का प्रकट स्वरूप धमि तत्त्व के रूप में चवरािमान है।

इसचलए प्यारे भगवत् भक्, चिज्ञासु, मुमुकुषु साधक, सत्संगी सुनो-

कालक्षेपो न कर्त्तव्यिः
क्षीणमायु क्षणे क्षणे।
यमस्य करुणानास्स्त
कर्त्तव्यं हरर कीतिनं ।।

हरर कीतिन माने भगवत् कीतिन। अपने इष्ट देवता का कीतिन, िप, सुमररन, लेखन करो। भगवत् प्रास्ति का सीधा रािमागि है। इसको शुरू करो, बाकी अन्य योगों को सहयोगी बनाओ, लेचकन मुख्य योग है नाम स्मरण— 'हरर नाम गाओ दया अपनाओ, अपने हृदय में हरर को बसाओ' बस ये करना है! नामि–प का क्या प्रभाव है? भगवान् का नाम गाते गाते हृदय साफ हो िाता है। उनके चलए साफ चदल इतना आकर्षक होता है चक चबना चनमंत्रण के चदल में चनवास करने लगते हैं।

हरर नाम प्यारा, सबका सहारा,
हरर नाम जप के सुि राखन्त पािो ।

इस िीवन में सुख-शास्तन्त के वािे इधर-उधर देखते हो, इसकी प्रास्ति के चलए सुलभ रािा आपके अन्दर ही है।

कहे ननिृनर्त्, हरर नाम भखि,
हरर नाम खिं, दिे मुखि।

श्री चनवृचत्त नाथ महारिा, सन्त ज्ञानेश्वर िी के गुरु थे और ये उनके बडे भाई भी थे। यह उनकी मूल रिना है िो चक मराठी में है, यह इसका चहन्दी अनुवाद है।

सब हैं समान,सबमें एक प्राण,
तज के अनभमान,हरर नाम र्ाओ।
हरर नाम र्ाओ,दया अपनाओ,
अपने हृदय में हरर को बसाओ।

सदगुरु भगवान् और परमचपता परमािा की आप पर कृपा हो चक आप सब सदािारी िीवन िीते हुए अपने साधना मागि पर अग्रसर हों ंऔर परम लक्ष्य को प्रिा करें। हरर ॐ तत् सत्।

२. साधना का आधार

(१७.३८७कोभावनगरगुिरातमेंचदयागयाप्रविन ।)
. ( )

उज्ज्वल अमर आिा ! परम चपता परमािा की चदव्य संतान !

इस संघर्िक तापत्रय से पूणि और मृतुयुमय िगत् में सुख शास्तन्त नहीं ंहै, अचनत्य में कदाचप सुख नहीं ंहै। गुरु महारािा कहते थे- 'चदस इज़ दी वर्ल्ि गोचवन्दा, ऑफ पेन एंि िेथ गोचवन्दा।' अथाित् यह संसार दुिःख-ददि से भरा हुआ है। तापत्रय क्या है? श्री भगवान् कहते हैं चक यह िन्म-मृतुयु, िरा-व्याचध और दुिःख-दोर् से भरा हुआ संसार है। आचद शंकराचायि िी कहते हैं-

जन्मदुिःखं जरादुिःखं जयादुिःखं पुनिः पुनिः ।
संसारसारं दुिःखं तस्मात् जाग्रत जाग्रत।।

बडे-बडे राजमहलों ंमें िन्मे, सब प्रकार की सुख-सुचवधाओं ंके साथ पले राजकुमारों ंको ज्ञान के उदय होने पर अपने चववेक चविार से मालूम हो गया चक इस प्रपंचपूणि संसार में सुख-शास्तन्त की सम्भावना है ही नहीं,ं इसका अत्यन्त अभाव है। वह लोग अपनी राजसत्ता को, उसके र्ऐश्वयों को चतलाञ्जचल देकर उस िीज़ के पीछे खोि में गये िो पररपूणि है। केवल मात्र चिसमें सिी शास्तन्त, सिा आनन्द, पररपूणिता, चनभियता और स्वतन्त्रता है तथा उसको प्राप्त करके धन्य हो गये थे।

और चफर इस भूचमका के आनन्द में सबका आह्वान करके, बुला करके इस रहस्य को बताया चक इस मृतुयुमय संसार में आकर आप परम शास्तन्त, परम आनन्द, पररपूणिता, चनभियता, स्वतन्त्रता प्राप्त कर सकते हैं। लेचकन इसकी प्रास्ति अल्प वस्तु में नहीं ंहै। परमानन्द की महान् अनुभूचत करने के चलए ही भगवान् ने आपको यहााँ भेिा है। िीवन का परमलक्ष्य उस अद्भुत की प्रास्ति, कैवल्य मोक्ष साम्राज्य की प्रास्ति है। इसी की प्रास्ति के चलए आपको पशु-पक्षी के शरीर में नहीं ंभेिकर मानव शरीर में भेिा है। चविारशील, भावयुक्त चवशेर् दुलिभ प्राप्य मानव अवस्था को देकर आपको अनुग्रहीत चकया है। हे िीवािा ! यहीं ंपर परमानन्द को प्राप्त कर लो। यहााँ पर हाय-हाय करते, भटकते चफरते और रोते रहने के चलए नहीं ंभेिा है, यद्यचप इस संसार में यही प्राप्य है। लेचकन भगवान् द्वारा दी गई बुस्तद्ध आचद का सदुपयोग करके ज्ञान प्राप्त करें।

शास्त्र-पुराण, साधु और सन्त सभी का यही सन्देश है, यही घोर्णा है चक प्रारब्ध कमि के अनुसार सुख-दुिःख को भोगते हुए इस मृतुयुलोक में परमानन्द को प्राप्त करके आप धन्य हो सकते हैं। परम ब्रह्म परमािा, पररपूणि अवतार, िगद्गुरु के स्थान पर रहते हुए भगवान् श्री कृष्ण ने स्पष्ट रूप से कहा है चक यहााँ अवणिनीय आनन्द की पूणि संभावना है-

सुखमात्यस्न्तकं यत्तद्बुस्तद्धग्राह्यमतीस्तियम्। (६/२१/गीता)

यह सुख तीनों ंगुणों ंसे अतीत और स्वतिः चसद्ध है, चिसे पुरुर्ाथि से प्राप्त कर सकते हैं। भगवान् ने हमारे से कोई भी बात चछपा कर नहीं ंरखी है। िो कुछ भी हमें समझाना है, स्पष्टतिः हमारे सामने रख चदया है। यह संसार दुिःखालय है, यह अशाश्वत है। 'दुिःखालयमशाश्वतम्' अचनत्य है, इसमें सुख नहीं ंहै। इस दुिःखमय प्रपंच में, इस अचनत्य में चतनका भर भी सुख नहीं ंहै। यह सुख देने वाली वस्तु है, ऐसा बहकाने के चलए तीन गुणों ंसे युक्त माया आपको आकचर्ित करती है। मानो पीतल के ऊपर सोने का पाचलश करके बडा सुन्दर, िमकीला आकर्िक

बनाकर आपको आकचर्ित करती है। चकनुतु इसके फने्दे में नहीं ंफंसना ! उलूलू नहीं ंबनना है। ये माया बिाार है, यह भगवान् की अचिन्त्य शस्तक् है, उनका खेल है, उनकी रिना है। इसकी रिना के साथ साथ भगवान् ने आपको चविार शस्तक् भी दी है, ज्ञान चदया है।

भारतवरि् में अज्ञान से हटकर ज्ञान में आने के चितने साधन हैं, सामग्री है, उपाय हैं, ग्रन्थ हैं और सन्त-महिाा हैं, उतने चकसी भी अन्य राष्टर में, िनसमुदाय में उपलब्ध नहीं ंहैं। हमारी मातृभूचम, हमारा भारतवरि् ज्ञान का भण्डार है। और भगवान् ने अच्छी तरह से कह ही चदया है चक यहााँ पर सिा सुख नहीं ंहै, लेचकन यहााँ परमानन्द प्रास्ति के चलए रिाा है। वो क्या है? िैसा मैंने कहा ध्यानपूविक सुनकर उसको चकया, तो चनहाल हो िावोगे। 'दैवी ह्येर्ा गुणमयी मम माया दुरत्यया, तीनों ंगुणों ंसे युक् मेरी यह माया अचत दुिर है। मुझे िीवन का लक्ष्य बनाकर िो िेष्टा करके मेरा भिन और उपासना करते हैं, उसे मेरी माया स्पशि नहीं ंकरती। बस मेरे बन िाओ।'

स्वामी चववेकानन्द िी के गुरु स्वामी रामकृष्ण परमहंस देव िी ने अपनी ही शुभवातिा में एक बहुत बडी बात को बताया है। वह छोटे से ग्राम के चनवासी थे। चवचधवशात् भगवान् की पे्रेरणा से पैदल िलते–लते कलकत्ता में आकर बस गये (उन चदनों ंचब्रचटश साम्राज्य में भारतवरि् का केन्द्रीय नगर चदल्ली नहीं, ं कलकत्ता था) वहााँ रहकर वहााँ की विाचवकता को भी उन्ोंनें िान चलया। वहााँ पर ग्रीष्मऋतु में कुते्ते पागल हो िाते थे। इसचलए उनसे बिने के चलए नगरपाचलका के अचधकारी सडक पर इधर-उधर चफरने वाले आवारा कुत्तों ंको पकड कर टरक में ले िाते थे और उनको मार देते थे। लेचकन चकसी पररवार का पालतू कुत्ता हो, चिसके गले में कोई पट्टा बंधा हो, माचलक का नाम-पता चलखा हो तो उसे नहीं ंछेडते थे। रामकृष्ण देव ने यह देख रखा था इसचलए उन्ोंनें साधकों ंसे कहा, 'देखो, भाई! िो चकसी का नहीं ंहै उस कुते्ते को ले िाकर खतम कर देते हैं, लेचकन यचद चकसी 'माचलक' का है तो उसे छेडते भी नहीं ंहैं। वैसे ही तुम अपने आपको 'मैं तेरा हूाँ' ऐसा मानते हुए भगवान् के बन िाओ, तुम्हारे पट्टी लग िाये चक ये भगवान् का भक् है तो तुम्हारे चनकट माया नहीं ंआयेगी। इसचलए तुम उनके बन िाओ और बोलो- 'हे प्रभो! तू मेरा है, मैं तेरा हूाँ।' भगवान् ने गीता में 'मामेव ये प्रपद्यन्ेते मायामेतां तरस्तन्त ते' ऐसा कहके एक कदम और आगे िाकर इस रहस्य को खोल चदया। देखो यचद तुम मोक्ष को िाहते हो तो- 'अचनत्यमसुखं लोकचममं प्राप्य भिस्व माम्।' मेरा भिन करो, मुझे अपना लक्ष्य बनाओ। मेरी प्रास्ति के चलए अपना िीवन बनाओ।' यचद आपका िीवन ऐसा हो िायेगा तो अपने कायि करते रहो। कतिव्य कमि में भगवान् कभी भी आडे नहीं ंआते। शाश्वत तत्त्व का स्मरण करते हुए िो काम करने हैं उन्ें करते हुए, अपने लक्ष्य को प्रिा करके कृतकृत्य आि काम होकर धन्य बन िाओ। भारतवरि् के सन्तों ंकी यही यथाथि घोर्णा है।

बि तक धमि है, सिाई है, सदािार है, उत्कृष्ट पचवत्र आिरण है, धाचमिक व्यवहार है तब तक परम पुरुर्ाथि को प्रिा करके मानव धन्य होगा, इसमें कोई सने्देह नहीं ंहै, यह त्री बार सत्य है। िब तक सूयि–न्द्र रहेंगे, तब तक आप यहााँ चितने भी बैठे हैं, आप सब यचद धमि का पालन करते हुए ईश्वर आराधना में लग गये तो आपके िीवन सफल होने में कोई संदेह नहीं ंहै। इन बातों ंने बीसवीं ंशताब्दी की िनता को आशा देकर प्रोत्साचहत चकया है।

सब लोग ऐसा बोलते हैं, 'भाई ! कलयुग आ गया है, नास्तिकवाद आ गया है, यह भौचतकता प्रधान िगत् है, इसमें हमारे चलए क्या आशा है ? बस सविनाश हो गया है, सबके साथ हम भी चवनाश में िले िायेंगे।' ये सब चनराशावादी चविार हैं, लोग इसमें फंस िाते हैं और िो कर सकते हैं, वह भी नहीं ंकर पाते हैं। इन सबसे बिकर आदमी को अपना कत्तिव्य करना िाचहए।

प्रािीन वेद के युग में हमारे महान् ऋचर् याज्ञवल्क्य, पराशर, वचसष्ठ, व्यास आचद महापुरुर्ों ंको भगवद् साक्षात्कार की चितनी सम्भावना थी, उतनी ही सम्भावना अभी है। बस्तल्क एक दृचष्टकोण से उससे भी अचधक सुगम

है। क्योंचंक ऐसा कहते हैं चक उस युग में बहुत कचठन तपस्या, चतचतक्षा, ध्यान आचद करना पडता था चकनुतु अभी भगवान् की चवशेर् अनुकम्पा है। आि का मानव बहुत कमज़ोर, अल्प आयु, रुग्ण और क्षीण है, इस चलए सुगम रीचत बता दी है। ऋचर्-मुचनयों ने आन्तररक अनुभव द्वारा बता चदया है चक कचलयुग में भस्तक् की प्रास्ति अन्य युगों से ज्यादा सुलभ है। दो-तीन शतास्तब्दयों में चितने भी साधु सन्त आये हैं उन्होंने हमारा आह्वान करके इस महान् उद्देश्य की प्रास्ति हेतु प्रेररत चकया है।

मैं एक बात का स्पष्टीकरण करना िाहता हूँ चक गुरु महारािी ने अपनी तरफ से कोई भी नई िीि चबलुकुल भी नहीं दी है। वेद-वेदान्त काल के ऋचर् मुचनयों ने िो ज्ञान चदया था, उसी ज्ञान को आिकल के युग के अनुकूल एक सरल रीचत से चियाक रूप में चदया है। हमको ऐसा बनाकर चदया है िो चक पूरा का पूरा तैयार है।

िैसे पाक शास्त्र में िलेबी, इमरती, गुलाब िामुन आचद बनाना है तो िो-िो िीज़ चिस मात्रा में लेनी है। चिसका चमश्रण तैयार करना है, चितने तापमान पर कढ़ाई के घी में उनको तलना है, िाशनी तैयार करनी है। इन सबके चलए बािार िाना पडता है। सूिी के अनुसार सामान खरीदना पडता है। आकर रसोईघर में पदाथि तैयार करना पडता है। चकतना पररश्रम करना पडता है, चकतना कष्ट होता है, तब २-४ चदन में िाकर तैयार होता है। खाने की इच्छा है, लेचकन बहुत देर लगती है।

यचद कोई अव्वल नम्बर का अच्छी तरह से बना-बनाया िाँदी की थाली में रसगुल्ला, रसमलाई, िलेबी आपके हाथ में दे दे, तो अब क्या रह िायेगा ? चनकाला और मुख में डालकर खा चलया। गुरु महारािी ने भी यही काम चकया है। उन्होंने पूरा का पूरा साधना का ममि चनकाल करके, साधना की प्रचिया के स्वरूप को चबलुकुल स्पष्ट करके 8-? - 3 - 8 संख्या में िमबद्ध करके व्यावहाररक रूप में दे चदया है। गुरु महारािी की चकताब को पढ़ते ही साधना के बारे में और खोि करने की िरूरत नहीं है, तुरन्त साधना करने योग्य हो िाती है।

िैसे-प्रातःकाल ४ बिे उठो, हवन करो, साधना में बैठो, सन्ध्या बेला में ध्यान करो, िप करो, योगाभ्यास करो। इतना आगे का सोिकर के व्यावहाररक चनदेश चदये। चिस प्रकार चपता की सम्पचत्त-ऐश्वयि का वाररस पुत्र होता है, उसी प्रकार भारतीय होने के कारण सहिरूप में पुनीत पुण् भूचम में िन्म लेने से हमको िन्म चसद्ध अचधकार चमल गया है।

प्रािीन काल से सबसे महत्त्वपूणि घोर्णा यह है चक, 'हे मानव! तुम्हारे िीवन का परम लक्ष्य है भगवद् साक्षात्कार। आत्मज्ञान प्रास्ति के चलए तुम यहाँ पर आये हो। यचद मानवता को प्राि करके, महापुरुर्ों का संग करके भी, तुमने आत्मज्ञान प्राि नहीं चकया तो 'महती चवनष्टी'! इससे बढ़कर कोई भी हाचन नहीं है,' ऐसा शुरुचत में कहा है।

गुरुमहारािी कहते हैं-प्रािीन काल में क्या मागि था? भगवान् प्रेम और भस्तक् से प्राप्य हैं। भस्तक् को बहुत ऊँिा बताया। 'मोक्षसाधनसामग्रयां भस्तक्रेवगरीयसी।' श्रीमद्भागवपुराण में पूरा का पूरा िोर भस्तक् पर चदया है। नारद भस्तक् सूत्र में भी पूरा िोर भस्तक् पर ही चदया है। शांचिल्य ऋचर् ने भी भस्तक् का मागि बताया। ईश्वर अनन्त, अमापनीय, असीचमत प्रेम है, युगों से परे चविाररत प्यार ही प्यार है।

उपचनर्दों के ज्ञान चितनी कल्याणकारी अन्य कोई िीज़ नहीं है। ज्ञानाचि से ही अज्ञान का दहन हो िाता है। सब शुभाशुभ कमों का दहन हो िाता है। ज्ञानी नाम अग्रगण् होने से हमें ब्रह्मज्ञान का उपदेश चदया।

गुरु महारािी ने चदव्य िीवन के चलए ध्यान योग को मुख्य साधना, मुख्य उद्देश्य, मुख्य प्रेरणा बताया। वेद-चविार, ज्ञान, ध्यान, श्रवण, मनन, चनचदध्यासन, साधन ितुष्टय (चववेक, चविार, र्ट्सम्पचत्त, मुमुक्षि) की प्रास्ति

के चलए गुरु से ज्ञान प्रिा करके चनहाल हो िाओ। ज्ञान के चबना अन्धकार नहीं ंिाता। गीता में भगवान् ने कहा है- 'तचद्वस्तद्ध प्रचणपातेन पररप्रश्नेन सेवया।' अचवद्या को हटाने के चलए तत्त्वदशी ज्ञानी महापुरुषों ंके पास िाकर समझना पडेगा। और महापुरुषों ंके पास श्रद्धा-भस्तक् सचहत िाकर सेवाभाव से पूछना िाचहए।

ज्ञान एवं भस्तक् की प्रास्ति के चलए ध्यान अचत आवश्यक है।

यं ब्रह्मा िरुणेरुद्रमरुतिः सुतुन्वखन्त नदवैिः स्तै
र्वेदैः साङ्गपदक्रमोपननषदैर्गायखन्त यं सामगाः।
ध्यानािखथर्ततद्गतेन मनसा पश्यखन्त यं योननो
यस्यान्तं न निदुः सुरासुरर्णा देिाय तस्मै नमिः।।

र्ान्ताकारं भुजर्यनं पद्मनाभं सुरेर्ं
निश्वाधारं र्गनसदृर्ं मेघिणं र्ुभाङ्गम् ।
लक्ष्मीकान्तं कमलनयनं योननर्भर्ध्यागनर्म्यं
न्दे निष्णुं भिभयहरं सिगलोकैकनार्म् ।।

ध्यान योग के बारे में बार-बार सुनते हैं, ध्यान को अपना लक्ष्य बनायें। सुदृढ़ धारणा से ध्यान भी सुदृढ़ होगा।

ऊँकार नबन्दु संयुिं, ननत्यं ध्यायखन्त योननिः ।
कामदं मोक्षदं चैि ऊँकाराय नमो नमिः।।

ध्यान योग भी एक प्रािीन प्रणाली है। व्यास भगवान् ने अपने वेदान्त सूत्र में, ब्रह्म सूत्र में, नारद भस्तक् सूत्र में, शांचिल्य भस्तक् सूत्र में और महचषि पतञ्जचल ने ध्यान पर बताया है, साक्षात्कार की अस्तन्तम प्रचिया चिसमें साक्षात्कार होता है, वह ध्यान है । ६ अंगों–यम, चनयम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार और धारणा के बाद ध्यान की भूचमका में पहुँिते हैं, उसी के चलए तैयारी है। ध्यान हो गया तो समाचध लग िाती है। अन्ततोगत्वा ध्यान योग प्रास्ति के चलए कोचशश करो िाहे प्रेम मागि से करो, िाहे वेदान्त चविार से करो।

चकन्तु हरेक व्यस्तक् २४ घण्टे ध्यान में नहीं ंबैठ सकता, ऐसा करना बहुत कम लोगों ंके चलए साध्य है। साधारण असंख्य कोचट िनता को अपने प्रारब्ध कमि के अनुसार इस प्रपंि िगत् में रहना होगा। कायि करते हुए भगवद् प्रास्ति करनी है। आप िानते हैं अचि से ही धुआँ हुआ है, इसी प्रकार प्रारब्ध कमि भी मचलनता से ढके हुए हैं। व्यवहार क्षेत्र में मचलन कायि करते वक्, वे कायि लक्ष्य की प्रास्ति से हमें वंचित कर सकते हैं। इसका क्या उपाय है? भगवान् श्री कृष्ण कहते हैं यह शरीर चबना कमि चकये नहीं ंरह सकता है, प्रकृचत हठात् धकेल के कमि करवा लेगी।

अतिः कमिक्षेत्र में रहकर के भी कतिव्य कमि पूरा करते हुए, चफर भी साधना में चनबाध होकर भगवान् की ओर कैसे िाना है, उसका रहस्य कई ग्रन्थों ंमें कहकर बताया है। पुराण, भगवद्गीता में खास करके सविसाधारण व्यवहार क्षेत्र में कमि का आध्यास्तिकरण कैसे कर सकते हैं, कमि को साधना का रूप कैसे दे सकते हैं, इसको समझाने के चलए भगवान् ने रहस्य खोल चदया है, 'देखो भाई ! तुम समझते हो, संसार के प्रपंि कायि क्षेत्र में कायि करते हैं, बडा भारी गलत चविार है, चवपरीत ज्ञान है। यह सब अज्ञान के कारण है िो ठीक नहीं ंहै। यह सब भी मेरा ही स्थान है। वैकुण्ठ, कैलास, गोलोक, साकेत या ब्रह्मलोक की भांचत ही यह भी मेरा स्थान है। चितना मैं वहाँ

हूँ, उतना ही मैं इस लोक में हूँ। पूरे के पूरे चवश्व ब्रह्माण्ड में ऐसा कोई भी स्थान नहीं ंहै िहााँ पर मैं नहीं ंहूाँ। सवित्र पररपूणि रूप में, उज्ज्वल रूप में मैं चवरिमान हूाँ। आाँखें खोलो और मुझे देखो। हे प्यारे! मेरे बुद्ध बिे, पूरे प्रपंि में रहकर अपने को बिाकर रखो। इसमें अचंकंनि वि-पदाथि नाम-रूप इसचलए रखे हैं चक चिससे तुमको मेरी याद आ िाये।'

क्योंचंक चनमाण कायि को देखने से चनमाता की याद आती है, सुन्दर चित्र को देखकर चित्रकार की याद आती है। चकसी को सुन्दर सूट पहना हुआ देखकर टेलर मास्टर की याद आ िाती है। कैसेट, सी.िी. में अत्यंत सुन्दर मधुर संगीत सुनते हैं तो कहते हैं, गायक का गला चकतना मधुर है। भगवान् कहते हैं चक 'केवल मात्र अतुल्य अद्‌भुत िीव रिना मैंने की, चकनुतु इसको देखकर के भी मुझे भूल िाये तो क्या कहें, यह तो उल्टा न्याय है।

ऐसा कहकर उन्होंने गीताज्ञानोपदेश में अदभुत अत्यन्त रहस्यिाक योग को हमें बताया, चसखाया। गीता में १८ अध्यायों ंमें १८ योग हैं। योग क्या है ? िो हमें भगवान् के चनकट पहुाँिाता है, वह योग है। सुख में भगवान् याद नहीं ंआते चकनुतु दुिःख में सभी याद करते हैं। अिुिन को दुिःख, चिंता, शोक, चवराद होने के कारण इसे चवरादयोग कहा गया है। भगवान् के िरणों ंमें अिुिन इसचलए चगरा क्योंचंक वह चवराद से चघर गया था। यह चवराद भी भगवान् और सन्तों ंका संग चमल िाने पर संसार से वैराग्य उत्पन्न करके कल्याण करने वाला हो िाता है। अिुिन का चवराद ही भगवान् की समुमुखता होने के कारण 'योग' भगवान् से चनत्य सम्बन्ध का अनुभव कराने वाला हो गया।

गीता में कुल १८ योग हैं, चिसमें २ योग अत्यंत महत्त्व के हैं, १०वां एवं ११वां अध्याय। १० वें अध्याय में संकेत मात्र चदया है चक प्रपंि मात्र में चिस चकसी सिीव-चनिीव वि, व्यस्तक्, घटना, पररस्तस्थचत, गुण, भाव, चिया आचद में िो कुछ ऐश्वयि, शोभा, सौंदयि, बलवत्ता दीखे, वह चवलक्षणता भगवान् के प्रभाव से ही आयी है। सबमें भगवान् की ही चवशेर्ता मानते हुए भगवान् का ही चिन्तन होना िाचहए। पहलवानों ंमें शस्तक् के रूप में, वृक्षों ंमें अश्वत्थ, नचदयों ंमें गंगा के रूप में, स्तस्थरता में चहमालय के रूप में वह ही हैं। हर िगह भगवान् अपने ही अस्तित्व को बताते हैं। अिुिन ने मस्तिष्क से तो ग्रहण कर चलया, चकनुतु कहा, 'आपने िो बताया, समझ गया; चकनुतु शंका है, मैं इसे प्रत्यक्ष देखना िाहता हूाँ।'

भगवान् एक अद्‌भुत कायि करते हैं, िो िीज़ महान् ऋचर्-मुचनयों,ं यक्ष-गन्धवि, देवी-देवता के चलए दुलिभ प्राप्य है। उनके प्रकट स्वरूप को कोई नहीं ंदेख सकता है। पहले भी नहीं ंदेखा अब भी नहीं ंदेख सकता है। लेचकन भगवान् दया के सागर हैं, करुणाचसनुधु, कृपाचसनुधु हैं। आप और हम अिुिन िैसे ही हैं अतिः अिुिन को केवल चनचमत्त, बहाना बनाया है। उनका असीम अनुग्रह, अहैतुकी कृपा हमारे ऊपर है। अिुिन नर है भगवान् नारायण हैं। भगवान् की एक शैली है, 'तुम मेरे चमत्र हो इसचलए तुम्हें चदव्य दृचष्ट देकर सब कुछ चदखाऊाँगा,' ऐसा कह कर अपना चवश्वरूप चदखाया और अपने रहस्य को खोल चदया चक 'तुम िहााँ पर भी हो प्रपंि में नहीं ंहो मेरे ही साचन्नध्य में हो, िन्म से लेकर अस्तन्तम श्वास तक और मेरे साचन्नध्य में अनुचित कायि नहीं ंकर सकते हो। मस्तन्दर, मस्तिद, चगरिाघर में आयें तो पूिा-अिना ही करते हैं। इसचलए यहााँ िो कुछ भी तुम करते हो वह सब मेरी ही आराधना है।' चिन्तन करें तो परमािा का ही चिन्तन करें और चिस चकसी को देखें तो उसको परमािस्वरूप ही देखें। मनसा वािा कमिणा िो कुछ भी आप कर रहे हो उनके सामने कर रहे हो, सब उनके ही िरणों ंमें अपिण करो ऐसा उन्होंने गीता में कहा है—

'यत्करोनष यदश्नानस यजुजुहोनष ददानस यत्।
यर्त्पस्यनस कौन्तेय ततुकुरुष्व मदपगणम्।'

उन्होंनें कहा चक, 'तुम स्वयं ही मेरे अचपित हो िाओ तो तुम्हारी समूपूणि चियाएँ स्वतिः मेरे अचपित हो ियिेंगी। मेरे स्वीकार करने से तुम्हारे ऊपर अनुग्रह होगा। प्रपंनिहीं ंरह िायेगा, व्यवहार नहीं ंरह िायेगा, सब आराधना बन िायेगा।'

और शंकरािायि िी िब साधना के बारे में बोलते हैं तो क्या कहते हैं- 'ब्रह्म सतं्यं िगस्तन्मथ्या िीवो ब्रह्मैव ना पििः ।' एक मात्र ब्रह्म ही सत्य है, यह संसार चमथ्या है। िीवाि और परमाि अथाित् ब्रह्म एक ही है, दोनों ंमें कोई अन्तर नहीं ंहै। िगद्‌गुरु अद्वैतािायि, आचद गुरु शंकरािायि िी ने व्यवहार िगत् को व्यावहाररक सत्ता मानकर िगत् को चमथ्या कहा। उन्होंनें यह भी कहा- 'यद्यत्कमि करोचम तत्तदस्तखलं शंभोतवाराधनम्।' अथाित् कायिक्षेत्र में समि कायि ही सामग्री है, तुम्हारी पूिा आराधना के चलए। अतिः घरेलू व्यवहार, रोटी, साग, सब्जी, भात आचद बनाएँ तो समझें भगवान् के चलए बना रहे हैं, वह आराधना हो िायेगी। हे प्रभो! तुम हमारे साथ हो, िीवन साथी हो, अन्य सबसे चवयोग हो सकता है लेचकन उनका - हमारा चवयोग हो ही नहीं ंसकता, असम्भव है। भीतर-बाहर सवित्र वे ही हैं। इस प्रकार की चनष्काम, भावयुक् और अचपित कमि, भस्तक्, ध्यान, वेदान्त चविार की साधना हो िाये तो यही सािीविन है। अध्याि भारतवर्ि का यही सन्देश और आदेश है। हरर ॐ तत् सत्।

३. मोक्ष-प्रास्ति के चलए साधना का अभ्यास करें

(कलकत्ता साधना चशचवर में ८ िनवरी १९८८ को चदया गया प्रविन।)

उज्वल आिस्वरूप, परमचपता परमाि की चदव्य अमर सन्तान !

भगवद् भक्, धमि-प्रेमी, सतं्संगी ! आप सब साधना चशचवर में साधक के रूप में एकचत्रत हुए हैं। साधना का लक्ष्य क्या है, यह समझना है। िन्म-मृतुयु के िक्कर में फाँस करके बार-बार इस संसार में आते हैं, चिसमें मृतुयु दुिःख है, िरा दुिःख है, िन्म दुिःख है। अनेक प्रकार के रोग हैं, तापत्रय हैं। आन्तररक एवं बाह्य दुिःख हैं। आन्तररक रि में चिन्ता, शोक, भय, चनराशा, अवसाद, अस्तस्मता आचद हैं। स्थूल शारीररकि–र पर भी दुिःख-ददि हैं, भगवान् हमें समझाने के चलए अवसर देते हैं।

माया का ऐसा प्रभाव है चक समय चनकल िाने पर हम ददि को भूल िाते हैं। शरीर के चकसी भी अंग में आदमी को ददि होता है, तो हू-हू, हाय-हाय करके िोरि–ोर से चिल्लाता है। इतनी असहनीय वेदना होती है चक डॉक्टिर को इलाि के चलए मारचफया का टीका लगाना पडता है। वेदना इतनी तीव्र होती है चक कहता है, 'हे प्रभो! ऐसी नारकीय यातना मेरे दुश्मन को भी मत देना।' िब दोि–ार चदन में ठीक हो कर घर आ िाता है, तो यातना को भूल िाता है, ददि की सूमृचत तिाि नहीं ंरहती, वेदना का नामोचनशान नहीं ंरहता। िो गलती करने से वेदना आयी थी, वैसी ही गलती चफर दुबारा करने लग िाता है।

चसर से पैर तक चवचवध प्रकार के ददि और पीडाएँ हैं। मनुष्य के चलए ददि की चलस्ट बनाकर रखें तो आियि होगा चक इस ददि भरे संसार में वह क्यों ंआना िाहता है? चसर, आँख, कान, नाक में ददि हो सकता है। मुँह में छाले हो िाएँ, गले में टाँचसल हो िाएँ तो कोई भी िीि चनगल नहीं ंसकते। गरदन में यचद लिक आ िाए तो

इधर-उधर, ऊपर-निी गरदन घुमा नहीं ंसकते, शरीर में चसर एक चकतना छोटा चहस्सा है, चकनुतु इसमें भी चकतनी अचधक असहनीय पीडायें हो िाती हैं। दाँत-ददि को देखें, इतनी चहफाित से रखने पर भी, िब दाँत में ददि होता है तो इसे चनकलवाने के चलए दाँतों ंके िाक्टर के पास िाते हैं। िाक्टर कहता है चक दाँत नहीं ंचनकलवाना िाचहए, दवाई से ठीक करने की कोचशश करना अच्छा है, चकनुतु रोगी कहता है, 'नहीं,ं नहीं,ं कैसे भी हो, दाँत बाहर
चनकाल दो।' कान का ददि असहनीय होता है, चिसको हुआ हो वही िानता है, चसर ददि की पीडा को कौन नहीं ं िानिता। संकट मोिन हनुमान की प्रथम पंस्तक् याद आती है, **'को नहीं ंजानत है जर् में कनप संकट मोचन नाम नतहारो'।** चसर ददि को न िानने वाला कोई इनसान नहीं,ं कोई ऐसा नहीं ंचिसको यह हुआ न हो। आि के िमाने में चसर ददि के पिासों ंकारण हैं। ददों की चगनती असीम है। कभी कन्धे में पीडा हो िाती है, कभी-कभी नाखून पकने पर पीप पड िाती है, फूल िाता है, व्यस्तक् हाय-हाय करता रहता है। तचमल में इसे चवंि चवंि कहते हैं। असहनीय पीडा से िसके पडने लगते हैं, सो नहीं ंसकता। पेट की तरफ़ िाएँ तो कोलाइटस और एपेस्तण्डक्स अत्यन्त पीडा देते हैं। चबना िबाये िल्दी–ल्दी खाया तो ददि! कभी-कभी वायु की िीि खाने से वायु का गोला बन कर आँतों ंमें अटक िाता है, तो बस चहलना–िुलना बन्द, तब तक उठ-बैठ नहीं ंसकते, िब तक वायु वहाँ से हट नहीं ंिाती। संक्षेप में कहें तो, हमारे शरीर के हर अंग का ददि हमें असहनीय कष्ट देने की शस्तक् रखता है, हम सभी को इसका अनुभव है, चकनुतु िैसे ही कष्ट दूर हुआ, हम आराम से उसे भूल िाते हैं और इस संसार को सुखमय समझने लगते हैं।

आियि की बात यह है चक भगवान् स्वयं कहते हैं चक यहाँ पर सुख नहीं ंहै, दुिःख और कष्ट हैं। भगवान् बुद्ध ने भी यही कहा है। चकसी भी प्रान्त का सन्त, िाहे तचमलनािु, केरल, कनािटक, आन्ध्र प्रदेश, बंगाल, आसाम, महाराष्टर, गुिरात, यू. पी., पंिाब या रािस्थान का हो, चकसी ने भी यह नहीं ंकहा चक िगत् में सुख-शांचत है, हम यहाँ पर मिा कर सकते हैं। चफर भी हम यहाँ सुख की प्रतीक्षा करते हैं। सुख के चलए कई प्रकार के प्रयत्न और प्रबन्ध करते हैं। इससे बढ़ कर और कोई मूखिता नहीं,ं आियि नहीं।ं मानव पढ़ा-चलखा, चवद्वान्, आदशिवादी, यूचनवचसिटी से चिग्री प्राप्त चकए हुए, सब कुछ िानता है, चकनुतु मन के अन्दर उल्टी भ्ांचत, उल्टा भ्म है।

वेद के काल, भागवत पुराण के काल, हिारों ंकालों ंसे लेकर अब तक के चितने भी ज्ञानी, सन्त, भक्, योगी, तपस्वी आये हैं, सबने यही कहा है संसार में सुख नहीं ंहै। संसार दुिःखमय है, यह तो मानो एक बडे िंगल के समान है, रेचगस्तान है, सुख चमलेगा नहीं,ं धोखा खाएगा और मर िाएगा। यह तो मृगमरीचिका है। िंगल में प्यास के मारे मृग तपती बालू में, रेत में पानी ढूँढ़ता है, बडा व्याकुल रहता है। तृष्णा से संतप्त मृग दूर से पानी देखता है और पीने के चलए भागता-चफरता है, रेचगस्तान में पानी का दशिन तो होता है, चकनुतु वास्तव में पानी वहाँ नहीं ंहोता है। सूयि की चकरणें तपे हुए बालू पर पडती हैं, तो गरम हवा की तरंगों ंसे वहाँ िल चदखाई देता है। चितनी-चितनी दूर मृग पानी के चलए दौडता है, उतनी-उतनी ही दूर पानी चदखाई देता है। प्यास बहुत लगती है, गला सूख िाता है, साँस भी नहीं ंले सकता, चिह्वा बाहर आ िाती है। अन्त में भागते-भागते थक िाता है। आगे नहीं ंिा पाता और चगर िाता है। चहरण की िैसी दुदिशा रेचगस्तान में होती है, वैसी ही दशा संसार में हमारी होती है। हमारे पूविों ंने, सन्तों ंने, ज्ञान-योचगयों ंने अिमा कर, चववेक से अनुभव कर चलया है चक यह सब भ्म है। बुस्तद्धमान व्यस्तक् इसमें खोि करने की कोचशश नहीं ंकरता चक इस वस्तु में सुख नहीं ंचमला तो दूसरी िीि में चमलेगा, ऐसा नहीं ंकरता।

िब चवषय वस्तुओं ंसे इस्तन्द्रयों ंका संयोग होता है तो इस्तन्द्रयाँ हमारे मस्तिष्क में संवेदनाएँ पहुँिाती हैं, िो हमारे मन को सुख या दुिःख का, अच्छे या बुरे का अनुभव कराती हैं। चवषयों ंकी चवचभन्नता हो सकती है। चवषयों ंसे आने वाली िो संवेदनाएँ हैं, उसमें चवचभन्नता हो सकती है, लेचकन िो प्रचिया है वह एक ही प्रकार की है। पाँि ज्ञानेस्तन्द्रयाँ तो अन्दर हैं, बाहर नहीं ंहैं। कमेस्तन्द्रयाँ बाहर हैं। शब्द, स्पशि, रूप, रस, गन्ध अन्दर हैं, यचद वह सचिय हैं तो संवेदनाएँ अन्दर िा कर अंचकत होंगी। यचद सचिय नहीं ंहै, तो वहाँ होते हुए भी आप वहाँ पर नहीं ंहोंगें। मस्तिष्क में वह केन्द्र चबन्दु सो िाता है, तो कान ठीक होते हुए भी आप कुछ ग्रहण नहीं ंकर सकते।

बडी अच्छी सुगस्तन्धत केसर, इलायिी, कािू-चकशचमश, बादाम, िीनी िालकर बनायी हुई खीर आपको कोई एक कटोरी या कप भर कर खाने को दे, तो आप एक िम्मि स्वाद लेकर नहीं ंछोडते हैं, पूरा का पूरा खि कर देते हैं, और भी अचधक लेने की िाह करते हैं। िब तक उसका स्वाद नहीं ंचलया, तब तक तो कोई बात नहीं ं है। स्वाद लेने के बाद तो दुबारा, चतबारा यहााँ तक चक िन्म भर स्वाद लेते रहने की आदत पड िाती है। मन में तृष्णा बढ़ेगी, मन अशान्त रहेगा, तृस्ति नहीं ंहोगी। स्वयं खीर बनाने के चलए प्रयास करेंगे। बाज़ार से सामान खरीद कर खीर बनायेंगे और सेवन करेंगे, मन की अशास्तन्त से बढ़ कर कोई वेदना नहीं ंहै। असन्तोर्, अशास्तन्त, अतृस्ति हम सब मनुष्यों ंको खा रही है। अशान्त मन के चलए सुख-भोग असम्भव है, बहुत दूर है। इसको अच्छी तरह िानकर चक ये पररस्तस्थचतयााँ, मनुष्य की इस्तन्द्रयों ंऔर उनसे सम्बस्तन्धत िो भोग की विुएाँ हैं, उनके बीि में संस्पशि होने से उत्पन्न होने वाला आन्तररक अनुभव, पूरा का पूरा नस-नाचडयों ंका शारीररक मामला है, भगवान् ने इस बारे में हमको स्पष्ट िागृचत दे दी है। भगवान् के इस एक इशारे को हमेशा के चलए अपने मन में रख लें तो चकसी भी विु से संसगि नहीं ंकरेंगे, गुलाम नहीं ंबनेंगे। कोई भी विु पदाथि हमें वश में नहीं ंकर सकता, अशास्तन्त नहीं ंदे सकता, क्योंचक हमारा मन उस तरफ़ िायेगा ही नहीं।ं मन में आशा इच्छा रहेगी ही नहीं।ं

एक िगदूरु ने कडे शब्दों ंमें इतना स्पष्ट कहा है, 'कहना तो नहीं ंिाचहए, चफर भी यह आमतौर पर सत्य है। िो अमूल्य तत्त्व को, अमूल्य सत्य को, अमूल्य ज्ञान की मूल्यता को नहीं ंिानता है, वह समझता ही नहीं ंचक यह चकतना अमूल्य है। उसके सामने इस गीत को गाना बेकार है, तुम ही मूखि बनोगे। चिसके अन्दर रस नहीं ंहै, समझ नहीं ंहै, ग्रहण करने की शस्तक् नहीं ंहै, उसके सामने तुम ज्ञान की बात करोगे तो कहेगा, 'बडा आया है हमें समझाने के चलए, िल–ि ल अपना काम कर।' हमें अपना सा मुाँह लेकर आना पडेगा। अशास्तन्त से बढ़ कर कोई वेदना नहीं ंहै, िगदुरु ने कहा, 'सूकर के सामने मोती फेंको तो वह क्या िानेगा चक मोती क्या है? हो सकता है आप पर हमला करके आपको घायल कर दे,' ऐसी कठोर बात िगदुरु ने कही है।

एक अचे्छ संगीतकार, अचे्छ कलाकार व्यस्तक् से एक ऐसी लडकी की शादी कर दें, चिसकी उसमें िरा भी रुचि नहीं ंहै। उसके गाते ही कहेगी, 'अरे! ये क्या? चसर ददि कर चदया, बन्द करो इसे !' मन की अशास्तन्त से बढ़कर कोई वेदना नहीं ंहै। वह कहेगा, 'हे प्रभो! हमको ऐसे रािा-महारािा के दरबार में मत ले िाओ िो हमारी कला और ज्ञान के रस को नहीं ंसमझता हो।' पुराने िमाने में लडके-लडकी के परस्पर देखे चबना, मााँ-बाप के कहने से शादी हो िाती थी। एक बहुत सुन्दर कलाकार है िो उिकोचट के चित्र बनाता है चकनु्तु पत्नी अन्धी है, देख नहीं ंसकती, परख नहीं ंसकती हमारी स्तस्थचत भी ऐसी ही है।

भगवान् ने तास्तत्त्वक सत्य को स्पष्ट रूप से हमारे सामने रखा है। इस संसार के प्रपंि में चितने भी चवर्य और विुएाँ हैं, उनसे सुख की िाह की तो अपना सा मुाँह लेकर आना पडेगा। िगदुरु ने कहा है चक सूकर के सामने मोती फेंको तो वह क्या िानता है? उल्टा हमारे ऊपर ही हमला करेगा। मानव लोक में पंिस्तेन्द्रय और उनके चवर्य विु के सम्पकि से मनुष्य के चलए, नकाराित्मक एवं सकाराित्मक अनुभव स्वतिः सुलभ हैं। िैसे कान द्वारा चवचवध प्रकार के शब्द सुनना, अच्छी-बुरी बात सुनना। स्पशि से कडी या मुलायम कैसी विु है इसकी िानकारी होती है। आाँखों ंसे रूप-आकृचत का ज्ञान, रसना से कडवे, खटे्ट, मीठे रस का अनुभव, नाचसका से दुगिन्ध-सुगस्तन्ध का ज्ञान। अज्ञाचनयों ंके सामने सूकर के समक्ष मोती फेंकने वाली स्तस्थचत होती है।

आप िानते ही हैं चक हमारी संसूकृचत वैचदक है, वैचदक ज्ञान ही आचद मूल है। ज्ञान, आदशि और कत्तिव्य मागि दशिन सब वेदों ंमें है। व्यवहार के बारे में, कमिकाण्ड के बारे में िन्म िनेऊ से लेकर दाह संस्कार तक का वृहद् ज्ञान इसमें भरा हुआ है।

परात्पर तत्त्व के बारे में, ईश्वर के बारे में, उनकी अनुभूचत के बारे में ऊाँ सै ऊाँ ज्ञान को ज्ञानकाण्ड कहते हैं। तत्त्ववेत्ताओं ंब्रह्मज्ञाचनयों ंने ब्रह्मज्ञान द्वारा अपरोक्ष अनुभव को प्रा करके उसी अनुभव को हमारे चलए संग्रहीत चकया है, चिसे उपचनर्द् कहते हैं। कई उपचनर्द् बहुत कचठन हैं। सविप्रथम ईशावास्योपचनर्द् इतना छोटा है चक एक चदन में कंठस्थ कर सकते हैं। इसकी संसूकृत भार्ा सरल और सुगम है। चफर भी सीधा-सीधा उपचनर्द् पढ़ने में मुस्तिल है। उपचनर्द् में चितने भी अनुभव हैं, सूक्ष्माचतसूक्ष्म तत्त्व हैं उनको समझाने के चलए सरल बनाकर प्रश्नोत्तर के रूप में सुगम दृष्टांत देकर सूक्ष्म बात को समझाने के चलए भगवद्गीता की प्रास्ति हुई है। यह अद्भुत ग्रन्थ अवणिनीय है और अत्यन्त उपयोगी है। भगवीता में िीविाा-मानव के, संसार में चदन प्रचतचदन की पररस्तस्थचतयों ंके िो अनुभव हैं उसके बारे में स्पष्ट और चनियिाक रूप में, वाताि में चदया गया है। इस ज्ञान को प्रा करके भी हम समझते हैं चक संसार में सुख चमलेगा। कैसी चवचित्र बात है!

भगवान् ने कहा है, **'ये नह संस्पर्गजा भोर्ा।'** इसमें भोग शब्द तटस्थ है। भोग सुख का भी हो सकता है, भोग दुिःख का भी हो सकता है। भोग हर्ि का भी हो सकता है, शोक का भी हो सकता है। संस्पशि से िो अनुभव िीविाा को चमलता है 'दुिःखयोनय एव ते' एव माने केवल मात्र, चसवा इसके अन्यथा नहीं ंहो सकता। ये केवल मात्र दुिःख का ही स्रोत है। दुिःख का ही िड मूल है।

'ये नह संस्पर्गजा भोर्ा दुिःयोिनय एि ते' और अन्त में कहा 'न तेर्ु रमते बुधिः' िो अकलमन्द, बुस्तद्धमान आदमी हैं, इनमें रमते नहीं ंहैं, इसके पीछे नहीं ंिाते हैं। क्योंचंक उन्ोंनें अच्छी तरह से िान चलया है चक यह शुरू में रुचिकर और अन्त में दुिःखदायी हैं। हमें रुलाएँगे चक हमने ऐसा क्यों ंचकया, कष्ट उठाना ही पडेगा।

मान लो चक कोई व्यस्तक् फेक्टरी खोल करके, कई प्रकार के सामान बनाकर बेिता है। खरीदने वाले कई बार धोखा खाते हैं। उनका चमत्र आता है, चकसी िीज़ को पसन्द करके कहता है चक हमें ये वि िाचहए। चमत्र होने की वज़ह से वह कहता है, 'नहीं ंयार! ये ििी रद्दी है, तुम्हारे चलए ठीक नहीं ंहै, तुम ये वाली िीज़ ले लो।' इसी प्रकार भगवान् ने प्रपंिमें चितने वि-पदाथि हैं उनका वणिन चकया है। इस्तन्द्रय और उसके संस्पशि से चितने भी भोग पदाथि हैं केवल मात्र दुिःख का ही िड-मूल है। यही सत्य है, यही वािचवकता है चक इसमें सुख का एक कण मात्र भी नहीं ंहै। चतनका भर भी सुख नहीं ंहै। यह सब कहने का मतलब है चक तुम्हें परमिाा की प्रास्ति के चलए नर िन्म का बडा सौभाग्य देकर संसार में भेिा है तो तुम कुत्षि पदाथों ंकी तरफ क्यों ंिाते हो? इनमें दुिःख ही दुिःख है, सिा सुख चंकचित् भी नहीं ंहै। आपको परम सुख की प्रास्ति के चलए भेिा गया है, इन विुओं ंके चलए नहीं।ं

चितने भी उपचनर्द, पुराण, महाभारत, भागवत, रामायण आचद ग्रन्थ हैं, सभी यही वणिन करते हैं चक समि वि-पदाथि दुिःखदायी हैं। भूल से भी इनके िाल में मूखि बनकर फंसना नहीं ंहै, चफर चनकलना कचठन होता है। शुरू में यह सब मीठा और अमृततुल्य लगता है अन्त में चवर् समान है। प्यारे, यचद तुम मोक्ष को िाहते हो तो 'चवर्यान् चवर्वत् त्यि' चवर् समझकर इसको त्याग दो। बुस्तद्धमान व्यस्तक् यह प्रयोग करके देखने का प्रयास नहीं ंकरता चक इस वि में सुख नहीं ंचमला तो दूसरी वि में चमल िायेगा। ऐसा सोिता भी नहीं ंहै।

िुर गृहलक्ष्मी भात बनाती है तो भात बना है चक नहीं,ं इसके चलए सारे भात को नहीं ंदेखती। िम्मि से एक दाना चनकालती है, यचद भात नहीं ंपका है तो ५-१० चमनट के चलए पकने देती है, और पक िाने पर निी उतार देती है। भगवान् ने कह चदया चक संसार में सुख नहीं ंहै तो मानव को समझ लेना िाचहए।

भगवान् के एक मात्र संकेत को हमने समझ चलया तो हमारी िीत हो गयी। प्रपंिहमें चहला नहीं ंसकता, उलूलू नहीं ंबना सकता। तब हम परम आनन्द, अवणिनीय चदव्य आनन्द को प्रा करेंगे। भगवान् ने अच्छी तरह बता चदया है चक यह सब एक दम रद्दी है, तुम िैसे बुस्तद्धमानों ंके चलए नहीं ंहै। केवल मूखि अज्ञानी, अचववेकी, चविारहीन व्यस्तक् ही प्रपंिमें रोकर फंसकर चफर बाहर आये, लेचकन बुस्तद्धमान इसमें क्यों ंिायेंगे?

उचत्तष्ठत ! िाग्रत ! प्राप्यवराचन्नबोधत् ! परम आनंद की प्रास्ति भगवान् ने तुम्हारे चलए बनायी है, भगवान् को प्रिा करके चनहाल हो िाना िाचहए। उपचनर्दों ंकी बातों ंको मन में रखकर, उसकी तरफ िाना बुस्तद्धमत्ता है। यह पंस्तिन्द्रयााँ हमें अपने िाल में फाँसाने के चलए, संसार-प्रपंि में उलझने के चलए और हमें मूखि बनाने के चलए नहीं ं दी गयी हैं। 'नयन चदया दशिन करने को श्रवण चदया सुनो ज्ञान रे।' नाचसका आपके िरण कमलों ंमें तुलसी की सुगन्ध ग्रहण करने के चलए दी है। भगवान् ने हमें िो भी शस्तक्यााँ, क्षमताएँ दी हैं उसका प्रयोग गलत चदशा में न होकर सही सम्यक चदशा में धाचमिक िीवन, ईश्वर चिंतन के चलए करना िाचहए। साधारण चदशा से पररवचतित करके, हमारी अभी की पररस्तस्थचतयों ंमें भगवान् ने हमें चिन कामों ंके चलए भेिा है, उसे नहीं ंकरके प्रपंि में फाँस गये तो िीवन खतम हो िायेगा। चदन-रात, सिाह-पक्ष, महीने-विि चनकलते िायेंगे।

'नदनयानमन्यौ सायं प्रातिः नर्नर्रसन्तौ पुनरायातिः ।
कालिः क्रीनत र्च्छत्यायुस्तदनप न मुञ्चत्यार्िाायुिः ।।'

समय का नाश, िीवन का चवनाश। आयु बीतती िा रही है, आशा की शृंखला खतम नहीं ंहोती। माया एक खतरनाक शस्तक् है, हमें काल के प्रवाह को िानने नहीं ंदेती। हम असावधानी में ही िकड चलये िाते हैं, फाँस िाते हैं, चफर बाद में पित्ताप होता है चक हमने अपने िीवन का ठीक प्रकार से उपयोग नहीं ंचकया।

यहााँ पर िो भी साधक बनकर साधना चशचवर में आया है, वह स्वयं स्वतिः चिज्ञासु और मुमुकुषु है। वह मुमुकुषु इसचलए है चक उसने स्वाध्याय चकया है। सत्संग में श्रवण करके मालूम कर चलया है चक संसार दुिःखमय है। यहााँ के वुि-पदाथों में सुख नहीं ंहै, इसके िाल में नहीं ंफंसना िाचहए। इसमें फंस गये तो रोएंगे, दुिःख के ही भोग भोगते िायेंगे। आस्तखर में मृत्यु के समय अपना िीवन खो देंगे। िो िाग्रत हो गया है वह क्या करेगा? इस प्रपंि से छूटने की पूरी कोचशश करेगा। बन्धन से छूटने की िो आकांक्षा रखता है, उसे मुमुकुषु कहते हैं। अभी तक हमारी अज्ञान की अवस्था है। हम वािचवक स्वरूप को नहीं ंिानते हैं। इतना ज्ञान सुनने और समझने के बाद भी हम मूखि, उलूलू और मन्दबुस्तद्ध होकर िी रहे हैं। ज्ञान को स्वीकार कर हृदय में धारण करके िीवन नहीं ंचबता रहे हैं। ज्ञान को िानते हुए भी अज्ञान में िीते हैं। अज्ञान को हमेशा के चलए खतम कर देना िाचहए। हमें केवल ज्ञान िाचहए और हमेशा के चलए िाचहए। उसी ज्ञान के अनुकूल अपना िीवन व्यतीत करना िाचहए। ऐसी इच्छा रखने वाले को चिज्ञासु कहते हैं।

ज्ञान के चलए चिनके अन्दर चपपासा है, ज्ञान िाहने वाला चिज्ञासु, बन्धन से मोक्ष िाहने वाला मुमुकुषु है। िो चिज्ञासु और मुमुकुषु है वही ज्ञान प्रास्ति के चलए साधना करेगा, बन्धन को तोडने के चलए साधना करेगा। इस लक्ष्य प्रास्ति के चलए चकये िाने वाला प्रयत्न और उसके अनुकूल सामग्री, इन दोनों ंको ही साधना कहते हैं।

आध्यास्तिक िीवन में साधक के चलए लक्ष्य ब्रह्मज्ञान, आिज्ञान की प्रास्ति, ईश्वर साक्षात्कार है। इससे ही हम बन्धन से परे िाकर सदा सविदा के चलए िन्म-मृत्यु, िरा-व्याचध और दुिःख-कष्टों ंसे मुक् हो िायेंगे। भय, शोक, चिंता से मुक् हो िायेंगे। इस प्रपंि, दुिःख, शोक के स्थान पर हमारे अन्दर शास्तन्त और आनन्द ही आनन्द होगा। यही मोक्ष का स्वरूप है, इसी को प्रिा करके कामयाब होना है। प्रपंि के चितने भी तापत्रय काचयक वाचिक, मानचसक पीडा संकट हैं, उनसे मुक् होकर अवणिनीय आनन्द और शास्तन्त को हमेशा के चलए अपने अन्दर स्थाचपत करना है। यही वािचवक लक्ष्य है, सवोत्तम लक्ष्य है। यही आध्यास्तिक िीवन का सार तत्त्व है, शास्तन्त और परम आनन्द को पाने की आकांक्षा करना और उसे पाने का प्रयास करना, उसमें लगे रहना और अन्ततिः प्रिा कर लेना।

भगवद् अनुग्रह से आप सब यहााँ आये हैं, इस मागि के चवर्य में आपको रुचि भी है। यह परम सौभाग्य है, इसे व्यथि नहीं ंखोना िाचहए। यह अवसर नहीं ंछोडना िाचहए, क्योंचंक मन कभी भी बदल सकता है। चिज्ञासु, मुमुक्षु, भस्तक् परायणता बनाए रखने के चलए कोचशश करनी िाचहए।

रामकृष्ण परमहंस िी ने कहा है मन का िलन चवचित्र है, इसका स्वभाव घर की मक्खी िैसा है। कश्मीर से अच्छा शहद लाकर चशवराचत्र की पूिा के चलए रखा, उस पर बैठ िायेगी। चकसी बिे ने टट्टी कर दी, उस पर बैठेगी। कोई सडी िीि है, मरा हुआ िूहा है उस पर बैठ िायेगी। िन्दन चघस रहे हैं, उस पर बैठ िायेगी शुद्ध-अशुद्ध वह नहीं ंिानती है। इसी प्रकार हमारा मन भी बहुत ऊाँिे से ऊाँिा िला िाता है और नीिे से नीिे भी िला िाता है। हमें इसमें हमेशा सावधान रहना िाचहए। िब तक ऊाँिी स्तस्थचत में कायम नहीं ंहो िाते, साधना नहीं ं छोडनी िाचहए। मन को ऊाँिे िर पर रखने के चलए साधना के चितने अंग-प्रत्यंग हैं-वेदान्त चविार, प्राथिना, गीता श्लोक इत्याचद पढ़ते रहना िाचहए। आन्तररक साधना के चलए िप, भिन-कीतिन, पूिा-पाठ, चिंतन-मनन, स्वाध्याय, साधना चशचवर आचद करते रहना िाचहए। चिससे हमारा मन अचनत्य, अशाश्वत, मचलन वस्तुओं ंकी ओर न िाकर हमेशा ऊर्ध्िगामी भगवद् चदशा की ओर दृढ़ता से उन्मुख होता रहे, कभी भी चनम्न गामी न हो।

ऋचर् चवश्वाचमत्र बडे तपस्वी थे। उन्ें भूख, प्यास और चनिा पर चनयन्त्रण था, चकन्तु वह बहुत चिद्दी प्रकृचत के थे। अपनी तपस्या के बल पर अपने एक भक् के चलए उन्ोंने दूसरे स्वगि का भी चनमािण कर चलया। भक् को देवलोक भेिने के चलए सबने मना चकया, चकन्तु उनके मन में एक ही चिद्द थी, 'नहीं–नहीं ंमैं अपनी तपस्या के बल पर इसे स्वगि भेिूंगा।' देवताओं ंने देखा यह अयोग्य आदमी है, धक्का देकर नीिे चगरा चदया। वह खिा ही हो िाता चकन्तु चगरते समय िोर–िोर से चिल्लाया। चवश्वाचमत्र ने देखा हमने इसको ऊपर भेिा था, यह नीिे कैसे आ रहा है, उसे तप बल से आदेश चदया, 'ठहरो-ठहरो!' और वह बीि में ही लटक कर चत्रशंकु बन गया। इतना प्रभाव, इतनी चसस्तद्ध प्राप्त चकये हुए चवश्वाचमत्र ने दूसरा स्वगि तो बना िाला, चकन्तु अहं पर चविय नहीं ंपा सके।

इसी प्रकार से भरत पूरा अरण् िीवन व्यतीत करते हुए बडे तपस्वी ज्ञानी ऋचर् थे। एक छोटे से चहरन पर दया आ गयी। यह ठीक है, दया आना सहि है। ऋचर् के चलए इसमें कोई गडबड बात नहीं ंहै। दया आते-आते माया ने उसको ममता की ओर घुमा चदया। साधना में गायत्री मन्त्र के चलए बैठे, 'ॐ भूभुिवः स्वः। चहरन कहााँ िला गया उसको घास चमला चक नहीं,ं चहरन भूखा होगा।' उनका भिन-ध्यान सब चहरन की तरफ िला गया। आचहस्ते-आचहस्ते दया, माया के रूप में ममता की ओर इतनी अचधक रही चक देहावसान के समय सूक्ष्मचत चहरन की तरफ लिी गयी। नतीिा यह हुआ चक अगला िन्म चहरन का चमला। चकन्तु चपछले िन्म की तपस्या और ज्ञान का संस्कार इतना प्रबल था चक उन्ें ज्ञात हो गया मेरा पतन हो गया है। यचद ममता नहीं ंहोती तो पूवि के ऋचर् शरीर से ही मोक्ष प्राप्त कर लेता, चहरन की योचन में नहीं ंआना पडता। इसके बाद िब दूसरा िन्म चमला तो पूणि रूप से तपस्या में लग गये, िागृत रहे, िड-भरत कहलाये।

गुरुदेव कहते हैं चक भले ही आप योग की उत्तिम स्तस्थचत पर पहुाँि गये होओ, तो भी स्वयं को योग की सीढ़ी केप्रथम िण्डे पर ही समझो। अपने आप को पहली कक्षा का चवद्याथी ही समझते रहो। यह इस चलए अच्छा है क्योंचंकइस तरह आप कभी लापरवाह और असावधान नहीं ंरहोगे। और अन्त तक सावधान रहना ही अच्छा है। इसी चलएसब िेतावनी देकर िागृत रहने के चलए कहते हैं। चववेकशील बुस्तद्ध द्वारा मन को चनयस्तन्त्रत रख कर सदा साधना मेंतत्पर रहो। सस्तिदानन्द भगवान् और सद्गुरुदेव का आशीवािद आप सब पर बना रहे।

हरर ॐ तत् सत्।

४.अपना सस्तिदानन्द चनि स्वरूप प्रिा करें

(*कोलकाता में १२.१.१९८८ को चदया गया प्रविन।)

अिा भारतवरि् की एक महान् चवभूचत एवं उज्ज्वल चिरस्मरणीय एक ऐतहाचसक व्यस्तक् की १२५वीं ंशुभ
न्मि ियन्ती का महोत्सव मनाने के चलए आप सब एकचत्रत हुए हैं। आधुचनक िगत् के इस नवीन युग में भारतवरि् का प्रिाीन धमि, संसूकृचत, वेद-उपचनर्द् और ऋचर्-मुचनयों ंद्वारा िीवन के चलए चदया गया उत्तमोत्तम आदशि, िो इचतहास के हो रहे उथल-पुथल से अि हो गया था। भारतवाचसयों ंके अपनी पूवि की मूल्यताओं ंकी अवहेलना करने से तथा पिाात्य चविार धारा को ग्रहण करने की स्वीकृचत देने से सब में उदासीनता आ गयी चिसके कारण वह अपने सस्तिदानन्द चनि-स्वरूप को प्रिा करने के लक्ष्य से चवमुख से हो गए थे। ऐसे समय में स्वामी चववेकानन्द िी ने भारतवरि् के उत्थान, पुनचविकास और पुनिीवन के विो उन मूल्यताओं ंको उखाड कर अपने प्रिाीन धमि और नैचतक आदशों की स्थापना के चलए िीवन भर कायि चकया। भारतवरि् को नवीन िीवन प्रदान
चकया।

राष्टर को नयी ज्योचत, नया िीवन देने के चलए व्यवस्थापकों ंने 'उचत्तष्ठत िाग्रत' सिाह का आयोिन करके
निता को लाभास्तित चकया है। आयोिन के अस्तन्तम चदवस की पूणािहुचत पर सभी धमि-प्रेचमयों,ं राष्टर-प्रेचमयों ंके बीि मुझे भी सेवा का मौका चमला है। इसे मैं अपना सौभाग्य, भगवान् का आशीवािद, गुरु कृपा और उनका अनुग्रह
मानता हूँ तथा इसके चलए आपको धन्यवाद देता हूँ।

प्रिाीन वेद-उपचनर्द् के युग में हमारे पूवि ऋचर्-मुचन गण, त्यागी-तपस्वी-संन्यासी और अचपित िीवन वाले महापुरुर्ों ंकी परम्परा में २०वीं ंशताब्दी में आकर हमें सूफूचति एवं प्रेरणा देकर िाने वाले, श्री स्वामी

चववेकानन्द िी के श्री िरणों ंमें अनेकानेक साष्टांग दंवित प्रचणपात समपिण करते हुए आपके समक्ष अपने चविार रखना िाहता हूाँ। इन चविारों ंके द्वारा हमारा अल्प योगदान स्वामी िी के िरणारचवन्दों ंमें पुष्पाञ्जचल के रूप में समपिण और आप सब के अन्दर उपस्तस्थत अन्तयािमी भगवान् के रूप में आराधना भी है।

स्वामी िी महारा की १९०१ में महासमाचध हुई। वे अपने िीवन के ४० वरि् भी नहीं ंदेख पाये, उनको मालूम हो गया था चक मैं ४० वरि् भी नहीं ंचिऊाँगा। अपने िीवन के समय में ही उन्ोंनें एक बात हमारे सामने रखी। उन्ोंनें कहा, 'मैं भारतवरि् को साक्षात् चदव्य देवता समझता हूाँ। इसके पुनरुत्थान के चलए आगे आने वाले ३००-४०० वरों् के वाि पयाि रूप में अपने चविार दे िुका हूाँ। इन चविारों ंको चियास्तित करने के चलए कई शतास्तब्दयााँ लगेंगी। मैं अपनी तरफ से अपना कत्तिव्य समझ कर कहके, करके गया हूाँ। अभी भारतवरि् और उसकी प्रिा की चिम्मेदारी है और उत्तरदाचयि है चक िो मैंने सामग्री दी है उसको अपने चनिी िीवन में, सामाचिक िीवन में और राष्टरीय िीवन में प्रयोग करें। भारतवरि् अपने पूवि के इचतहास में िैसा था, उससे भी अधचक उज्ज्वल और उतृ्कष्ट स्थान पुनः प्रिा करे।'

भारतवरि् चवश्व में एक सुनहरी राष्टर था। सभ्यता-संसृ्कचत में, चशष्टािार में, नागररकता में बहुत ऊाँिा पहुाँिा हुआ था। भारतवरि् योग गुरु के रूप में रहा, ऐसा कहा िाये तो यथाथि सत्य होगा, अचतशयोस्तक् नहीं ंहोगी। चकनु्त दुभािग्यवश पािात्य की बाहरी बनावटी िगमग को देखकर भारतवासी अपने आपको पागल बनाकर उसकी नकल करते हैं। उनमें न तो सभ्यता है और न ही चशष्टािार । हमारा देश िब पूणितया चवकचसत था तब उनमें अभी नागररकता शुरू भी नहीं ंहुई थी, वह अभी िंगल में ही रहते थे। स्वामी िी के हृदय में भारत एवं उसकी िनता के वाि अत्यन्त प्रेम, स्नेह भ्रातृभाव एवं एकता का तादात्म्य रहा।

स्वामी िी का एक स्वप्न था। हमारी मातृभूचम स्वतंत्रता को खोकर गुलामी में फाँसी हुई है। इस दुदिशा से उठकर भारत पुनः सबल, सिग, सिीव, प्रगचतशील और एक महान् राष्टर बने। भारतवरि् तमाम लोगों ंके चलए प्रकाश देने वाला तथा नया मागि दशिन देने वाला हो। मानव समाि के प्रचत उनके उद्धार तथा उनके अन्दर की महनीय आकांक्षा को पूरा करने का सौभाग्य, यहााँ पर बैठे हुए आप सबका है। इस दासानुदास का संवाद भी आप सबके चलए है। उनसे पायी हुई अतुल्य सम्पचत्त, बहुत महान् ऊाँिे-ऊाँिे चविार, आदशि, चदव्यता का आह्वान है। यचद उनको स्वीकार कर िीवन में चियास्तित करना शुरू कर देंगे, तो समझें आपका भाग्य खुल गया।

स्वामी िी के आह्वान एवं संदेशों ंको आप चपछले ६ चदनों ंसे सुन रहे हैं। अच्छी स्वाचदष्ट खाद्य वु बनाने के चलए छौंक लगाते हैं। आपने मेरे भी कुछ चविार सुने, यह मेरी तरफ से छौंक लगाना ही समझें। स्वामी िी महारा का आह्वान एवं सने्देश भारतवरि् की सौभाग्यशाली प्रिा के चलए ही नहीं ंपूरे चवश्व की मानवता के चलए है। उनका सने्देश अमर सने्देश है।

उनका व्यस्तक् अन्तरािष्टरीय, चवश्विाक व्यस्तक् है। व्याकरण की दृचष्ट से मैं भूतकाल का प्रयोग न करके वतिमान का प्रयोग कर रहा हूाँ। मैं यह दावे के साथ कह सकता हूाँ चक अन्तरािष्टरीय चवश्व समुदाय के चलए यह व्यस्तक् हमेशा मागि दशिक रहेगा।

कहा िाता है अभी अन्तरािष्टरीय िर पर एक भयानक चवपचत्त, भयानक पररस्तस्थचत आयी हुई है। सविश्रेष्ठ ऊाँिे से ऊाँिे नेता मानव के भचवष्य के चलए भयभीत हो गये हैं। मानव के चलए भचवष्य है भी चक नहीं, ं इसमें ही एक प्रकार की अचनचितता आ गयी है। ऐसी पररस्तस्थचतयों ंमें कई व्यस्तक्यों ंका नाम चलया िाता है। उनके दशिन एवं चविारधारा को अपनाएाँ तो आप बि सकते हैं, अन्यथा आप का चवनाश चबलु्कल अचनवायि है।

इस प्रकार की समस्या के चलए मूल कारण क्या है? िगत् का बाह्य स्वरूप मानवता का व्यस्तक् है। हमारे पूवि ज्यादा से ज्यादा संख्या में चिस धमि के हैं, इसे सनातन वैचदक धमि कहते हैं िो ज्ञान के आधार पर अपरोक्ष अनुभूचत से उत्पन्न है। हमारे दशिन अनुभव-चसद्ध दशिन हैं। ज्ञान की अचभव्यस्तक् में केन्द्रीय घोर्णा यह है, 'आप अिर, अमर, अचवनाशी, चदव्य आिस्वरूप हो, केवल मात्र हड्डी-मांस का चपंिरा नहीं ंहो। स्वाथि-अहंकार,
राग-द्वेर् से भरा मन भी आप नहीं ंहो। यह आपका वािचवक चिनी व्यस्तक् निहीं ंहै। मन, बुस्तद्ध, प्राण, इस्तन्द्रय और शरीर से परे आप एक उज्ज्वल ज्योचत हो। आप एक ऐसे तत्त्व हो चिसे हम चनत्य और सत्य मानते हैं। चिनको हम परब्रह्म, परमाािा, चवश्वााा कहते हैं। यह तत्त्व चनत्य अपररवतिनीय, अचवनाशी शाश्वत अमर है।'

चभन्न-चभन्न धमों के अनुयायी उस परम सत्ता को अनेक प्रकार के नाम देते हैं। ब्रह्म कहो, भगवान् कहो,
अल्लाह कहो, आहुरमज्दा कहो, चिहोवा कहो, ऑलमाइटी फादर कहो। चितने भी नाम लगाओ चकनुतु अस्तन्तम सत्ता अचभन्न चवश्वािक, अनाचद एवं अनन्त है। और आप चितने भी यहााँ सुन रहे हैं, उस परम तत्त्व सस्तिदानन्द, शास्तन्त स्वरूप चनत्य शुद्ध के आप अंश हैं। आप भी चदव्य, अमर, अनाचद और अनन्त हैं। आपके चलए न िन्म है न मृत्युु, न वृद्धि है न रोग है। आप चनत्य शुद्ध, चनत्य मुक्, चनत्य पररपूणि आि तत्त्व हैं। अपनी चदव्यता और ज्ञान के अनुरूप अपना िीवन बनाएाँ। अपने चविार, भावना, वाणी और व्यवहार में उस चदव्यता को प्रकट करने का व्रत ले लें। इससे आपका िीवन सुन्दर, उतूकृष्ट होगा, प्राणीमात्र के चलए कल्याणकारी एवं चवश्व के चलए चहतकारी होगा। तमाम लोग आपसे लाभास्तित होंगें। चदव्यता आपके अन्दर से प्रसुफुचटत होकर तमाम व्यावहाररक कायि क्षेत्र में आनन्द, सत्यता, पचवत्रता, प्यार, दया, करुणा ही तो लायेगी। आप चदव्यता के सचिय उज्ज्वल केन्द्र बनेंगे। आप िहााँ भी िायेंगे वहााँ सुख, शास्तन्त और सामंस्य से पूणि भारतीय भावना प्रसुफुचटत होगी।

आप उस चदव्यता को भूल िाते हैं। आपको तात्काचलक थोडे समय के चलए व्यावहाररक क्षेत्र में चमला हुआ यह िीवन एक माध्यम है, आपके रहने के चलए गृह है, चनवास स्थान है। अज्ञानवशात्, अचववेक, अचविार के कारण इसके साथ आप एकता िोड लेते हैं। चदव्यता की चवसूमृचत हो िाती है। चवसूमृचत ही समि चवर्मताओं ंका कारण है। स्वाथि, अहंकार, िोध, द्वेर्, घृणा और परस्पर संघर् दैवी स्वभाव के चवपरीत हैं। ये आसुरी तत्त्व हमारे अन्दर िम िाते हैं और चफर यही प्रकट होते हैं-इसका मूल कारण है चदव्यता की चवसूमृचत। स्वामी चववेकानन्द िी ने एक आवाि उठायी- 'आप चदव्य हैं, चदव्यता की सूमृचत रखना आपका परम सौभाग्य है। यह सबसे ज्यादा मूल्यवान ऐश्वयि है, धन है। चदव्यता की चवसूमृचत आपके िीवन में भयानक दुगिचत, भयानक चवपचत्त है। चदव्यता का हमेशा ख्याल रखना ही आपकी सम्पचत्त है।'

चदव्यता के चवकास के चलए उन्होंनें एक महामन्त्र चदया है। अपने छोटे मानव व्यस्तक् पिर प्रेम करके स्वाथि परायण िीवन चिया तो चवर्ण्णता आपको त्रास देगी तथा दूसरों ंके चलए भी त्रास का कारण बनेगी। इसकी एक मात्र और्चध है, स्वाथि को चतलाञ्जचल तथा स्वाथि को हृदय से िड समेत उखाड कर फेंक देना। अतिः इसी दृचष्टकोण से आगे बढ़ें, 'िीवन पयिन्त, अस्तन्तम श्वास तक दुचनया में रहकर मैं चकतना भला कर सकता हूाँ। प्राणीमात्र के चलए मेरे से क्या सेवा हो सकती है? क्या परोपकार हो सकता है? मैं अपने िीवन के द्वारा दूसरों ंको कैसे लाभास्तित कर सकता हूाँ।' स्वाथी बनने के चलए चबलुकुल इन्कार कर दो। पता नहीं ंचकतने िन्म िन्मांतर तक अपने िीवन के चलए स्वाथि करते आए हैं। अब कम से कम इस िीवन के चलए तो पक्का चनणिय कर लें, 'मैं अपने आप को चबलुकुल भूल िाऊाँगा,' यही दृचष्टकोण रखें, 'वो ही िीवन हमारा िीवन होगा, वो ही चदन वािचवक चदन होगा चिसमें सुबह से शाम तक अपने चलए थोडा भी चविार न करके केवल मात्र परचहत, पर कल्याण, परोपकार के चलए ही िीचवत रहूाँगा। प्राणीमात्र को लाभास्तित करने के चलए ही मेरा श्वास िलेगा।'

अपने चलए खाना-पीना-सोना प्रत्येक प्राणी, कीडा-मकोडा, पशु-पक्षी करता है। यचद हमारा भी िीवन ऐसा ही होगा तो हमारी मानवता कहााँ है? उसकी क्या चवशेर्ता है? क्या श्रेष्ठता है? देखने में आकृचत से हम मानव हैं, लेचकन पशु िैसा व्यवहार है। क्या ऐसा ही िीवन िी के पशु के िैसे मर िाना है? हमारा लक्ष्य क्या है? इसी के

चलए हमने िन्म चलया है क्या? स्वामी चववेकानन्द िी का आह्वान है, 'वही प्राणी विाव में िीचवत है, िो परचहत के चलए िीवन िीता है, बाकी िीचवत रहते हुए भी मरे के समान हैं। परोपकार के चलए अपने शरीर को भी त्याग दो, तभी तुम धन्य हो, चदव्य हो।' परोपकार सेवा धमि को अपनाओ, स्वाथि को रोग और अचभशाप समझकर अपने ीविन से लात मार करके चनकाल दो। औरों ंके चलए चिन्तन करते हुए आगे बढ़ो, यही तो िीवन है। लोकचहतकारी बनकर मरते हुए मानव हृदय में, मानव सूमृचत में अमर बनकर िाइये।

मैं समझता हूँ यह सिाह नवीन िागृचत, नवीन िीवन का है, इसकी पूणािहुचत नहीं ंहै, यह श्री गणेश है। स्वामी चववेकानन्द िी के उत्तम उतूकृष्ट, उज्ज्वल, चविारधारा, आह्वान, उद्घोर्णा की मशाल हमेशा अमर ज्योचत बनकर िलती रहे।

कभी नकल मत करना। हमारे राष्टर में आदशि की पयाि अतुल्य सम्पचत्त है। सम्पचत्त की मूल्यता को अच्छी तरह. से पहिानना और पाात्य िगत् की िकािौंध के प्रलोभन में मत आना। आप असली हो और शपथ लो चक स्वाथि को अपने िीवन में स्वप्न में भी नहीं ंआने देंगे। सत्यव्रती बनो, सदािारी बनो। स्वामी चववेकानन्द िी के आदशि के आधार पर िीवन बनाओ। काया वाा मनसा उनके अन्दर ज्वलन्त पचवत्रता थी। देश के प्रचत अथाह पे्रम उनके मन में था। वैसा देश-पे्रम और पचवत्रता अपने भीतर भर दें। सेवा को अपना परम धमि मानें। यही हमारे गुरु महारि श्री स्वामी चशवानन्द िी कहते थे। चन:स्वाथि सेवा के द्वारा मन को शुद्ध करके अपने चनि सस्तिदानन्द स्वरूप को प्रा करें। परम चपता परमाा, श्री स्वामी चववेकानन्द िी और सद्गुरुदेव श्री स्वामी चशवानन्द िी का अनुग्रह आप सब के ऊपर हो। हरर ॐ तत् सत्।

५. आप चदव्य हैं"

(गुमुरगुण्डा (छत्तीसगढ़) में २१.४.९२ को चदया गया प्रविन।)

प्यारे अमर आिस्वरूप !

आि-स्वरूप का अथि है चिसका िन्म नहीं ंहै, चिसकी मृतुयु नहीं ंहै, बुढ़ापा नहीं ंहै, कोई बीमारी नहीं ंहै, चिनको कोई भय भी नहीं,ं िो अनाचद और अनन्त है, िो चनत्य और शाश्वत है, िो अचवनाशी है। िो दुि:ख से परे शास्तन्त स्वरूप, आनन्द स्वरूप है।

आप सब लोग आि स्वरूप, िीव स्वरूप हैं। यह कभी भी नहीं ंबदलेगा क्योंचक यह सत्य है, हमेशा सत्य है, यह तीनों ंकालों ंमें सत्य है। चपछले काल में भी, अभी के काल में भी और आने वाले काल में भी ये हमेशा सत्य है। यह सत्य कभी नहीं ंबदलता है। इसचलए मैं हमेशा आपको सत्य नाम से बुलाता हूँ, बात करता हूँ। मैं कहता हूँ, आप कभी बदलते नहीं ंहैं, िो बदलता है, वह आप नहीं ंहैं, िो आप हैं, वह बदलता नहीं ंहै। देखो, मान लो चक आपके पास एक छाता है या समझो चक आपके पास एक िूता है। िब नया खरीदते हो तो यह छाता या िूता चबलुकुल नया रहता है। २-३ वर्ि के बाद वह पुराना हो िाता है। ७-८ साल के बाद चबलुकुल खराब हो िाता है, फट

िाता है। वो आपका छाता-िूता बदलता है। क्या इसका अथि हुआ आप बदलते हैं? आप छाता हैं क्या? आप िूता हैं क्या? कपडा हैं क्या? ऐसे ही िो बदलता है, वह आपका शरीर बदलता है। यह शरीर हड्डी-मांस का चपंिरा है चिसके अन्दर कुछ समय के चलए आप रहते हैं, िैसे तमूबू के अन्दर कोई रहता है, झोपडी के अन्दर कोई रहता है, छोटे घर के अन्दर थोडे चदन के चलए कोई रहता है तो वह स्वयं घर तो नहीं ंबन िाता है! घर थोडे समय के बाद पुराना भी हो सकता है, खाली भी हो सकता है कुछ समय के बाद टूट-फूट भी सकता है। शरीर के पररवतिन का अथि यह नहीं ंहोगा चक आप बदल रहे हैं, आप तो उसके अन्दर िो है वह 'आप' हैं। िैसे िूता आपका है, वैसे ही शरीर आपका है, िैसे छाता आपका है, वैसे ही शरीर आपका है।

िूता, छाता आप दुकान से खरीदते हैं, शरीर भगवान् ने आपको चदया है। और िैसे कोई फैक्टरी, कारखाने में िूता, छाता बनता है तो आपके माँ-बाप ने यह शरीर बनाया है भगवान् की आज्ञा से। आपको चकसी ने नहीं ंबनाया, आप कहाँ से आये हैं? हम यहाँ बैठे हैं न, यहाँ अन्धेरा तो नहीं ंहै। क्यों ंअन्धेरा नहीं ंहै? क्योंचंक यहाँ रोशनी है, रोशनी कहाँ से आयी? देखो यहाँ सब िगह धूप है, यह कहाँ से आयी ? रोशनी कहाँ से आयी ? वो प्रकाश का एक केन्द्र है, प्रकाश का एक पुंि है, वहाँ से आयी। प्रकाश, घन-ज्योचत प्रकाश चिसको हम बोलते हैं, वह सूयि नारायण हैं। िैसे प्रकाश वहाँ से आता है, वैसे ही हम, आप सब इससे भी परे एक तत्त्व है, उस से आते हैं। 'वह' हमारा आचद मूल है।

िैसे िड से पेड चनकलता है, ऐसे वो हमारी िड है। एक स्रोत से नदी आती है, वैसे ही वह हमारा स्रोत है। उस उत्पचत्त स्थान को हम बोलते हैं परम आत्म स्वरूप। हम छोटे आत्म स्वरूप हैं, हमको बोलते हैं िीवात्मा। उसको बोलते हैं परमात्मा। हम िैसे असंख्य, अगचणत, अनन्त िीवात्मा उनसे आते ही रहते हैं, अपने अन्दर से वह हमको यहाँ पर भेिता रहता है, उसे आपको हमको बनाना नहीं ंपडता है। हमेशा हम उनका स्वरूप बन कर के आये हैं। और िैसे नदी के चकनारे में रेती है, बालू है। नदी की बालू में लाखों,ं हिारों,ं करोडों ंबालू के कण होते हैं, वैसे ही चबना चगनती के िीवात्मा परमात्मा से चनकल कर आते हैं, हम भी उनका एक भाग हैं। परमात्मा का िन्म नहीं ंहै, मरण भी नहीं ंहै। परमात्मा के चलए चकसी प्रकार का दुिःख नहीं ंहै, ददि नहीं ंहै, वह पररपूणि आनन्द स्वरूप है। परम शस्तक् स्वरूप है। उस परमात्मा का आप एक भाग हैं, िैसा वह है, वैसे आप हैं। लेचकन आपका शरीर यहाँ पर बना हुआ है। इस शरीर के चलए िन्म भी है, मरण भी है। यह कभी छोटा रहता है, कभी बडा हो िाता है, कभी बूढ़ा हो िाता है। लेचकन शरीर में यह िो पररवतिन होता है, वह आपको स्पशि नहीं ंकर सकता है, आपको बदल नहीं ंसकता।

आप हमेशा वही हैं सत् चित् आनन्द स्वरूप, अचवनाशी अमर आत्मा। िैसा परमात्मा चदव्य है, आप भी चदव्य हैं। परमात्मा में कोई अवगुण, दोष् नहीं ंहैं। आपकी सिाई में भी कोई गुण-दोष् नहीं ंहैं। आपके अन्दर की यह सिाई ही आपका स्वरूप है, आपका सत्य है। वो सदा पचवत्र है। आप पचवत्र िीव स्वरूप है। परम शास्तन्तमय िीव स्वरूप हैं। इससे बढ़ कर कोई सत्य नहीं ंहै। इस सत्य को कभी नहीं ंछोडना िाचहए। पकड के रखना िाचहए। यह सोने, िाँदी, नवरत्न से भी ज्यादा मूल्यवान् है। हाँ, सब प्रकार के अन्न, फल-फूल, सब्जी-साग से यह अमूल्य तत्त्व है। इस सत्य के बराबर अमूल्य, ऐश्वयि और दूसरा कोई नहीं ंहै।

यह सत्य क्या है? यह आपके चदव्य स्वरूप का सत्य है। आपका और भगवान् का इतना चनकट और घचनष्ट सम्बन्ध है। उनका ही एक भाग है, िैसे एक पत्ते और वृक्ष का सम्बंध है। लालटेन में, लालटेन, बत्ती, तेल, माचिस ये िारों ंभी हों ंतो क्या वह अन्धकार को दूर कर सकता है? नहीं,ं तब तक दूर नहीं ंकर सकता िब तक उसमें ज्योचत न िलायी िाए। ज्योत है तो बत्ती काम का है, ज्योत नहीं ंहै तो बत्ती बेकार है। यह बत्ती का चितना भाग है, वह सब ज्योत के वास्ते ही बनाया हुआ है। एक खास िीि, िो बत्ती में, लालटेन में है, वह ज्योत है। ऐसे ही आप इस शरीर रूपी स्थान में एक ज्योत हैं, आपके कारण शरीर का मोल है, आप इसको छोड कर िले

ायेंगे तो शरीर को फेंक देंगे। इसचलए आपको हमेशा अपने सत्य को पकड कर रखना िाचहए। तब आपके अन्दर सब शस्तक् और सब चनभियता आयेगी। आपकी शास्तन्त और आनन्द बना रहेगा।

लेचकन आपको आदत हो गयी है ये 'मैं' हूँ, ये 'मैं' हूँ। ऐसे सोिना की, गलत सोिने की आदत हो गयी है। बडे शास्तन्त एवं प्ेरेम से ऐसी आदत को अपने अन्दर से आचहिे-आचहिे चनकाल देना िाचहए। गलत आदत को चनकालने का उपाय क्या है? सत्य का अभ्यास। िो हमने सत्य आपके बारे में सामने रखा है, उसका अभ्यास करें। नयी आदत को अब शुरू करें। नयी आदत पुरानी आदत को चनकाल देगी। नयी आदत का िब आप अभ्यास करते हैं, उसी को कहते हैं साधना, उसी को कहते हैं योगाभ्यास, उसी को कहते हैं भिन, उसी को कहते हैं आो-चिन्तन, उसी को कहते हैं ज्ञान। हम भगवान् की भस्तक्, भिन, पूिा, प्राथिना करते हैं, इनका उद्देश्य भी हमें ज्ञान प्रदान करना है। हमको यह ज्ञान दे कर हमें स्वतन्त्र बनाते हैं। हमको उनके साथ एक बना देते है। िहााँ से हम आये हैं, वहााँ हम पुनः िा कर पहुाँिाते हैं। हााँ, पुनः वहााँ पहुाँ गये तो हमारा िीवन सफल हो गया, साथिक हो गया। यह सत्य आपका अमूल्य ऐश्वयि है।

इस नयी आदत का अभ्यास करते वक् बार-बार पुरानी आदत आपको बाधा करती रहेगी, क्योंचक वह पुरानी हो िुकी है, पक्की हो गयी है, छूटती नहीं ंहै। यचद आपने घर में चकसी छोटे कुत्ते के चपल्ले या चबल्ली के चबलौटे को पाल कर उसका लाड-प्यार चकया हो तो वह हमेशा आपकी गोद में आ कर बैठेगा। िब वह छोटा है, आपकी गोद में बैठ िाए तो अच्छा लगता है, लेचकन बडा हो िाता है, तगडा हो िाता है, चफर भी वह आपके ऊपर आ कर बैठे तो आप उसको हटाने की कोचशश करते हैं। लेचकन वह नहीं ंभागेगा, क्योंचक उसकी आदत बन गयी है। वह समझता है आप ही उसकी कुसी हैं, चबिर हैं। इसचलए क्या करना पडता है? िैसे ही पुरानी आदत से वह कूद कर आपकी गोद में बैठता है, आप तुरन्त हटा कर • बाहर चनकाल देते हैं। बहुत बार ऐसा करना पडता है, तब िा कर वह आदत छोडता है।

इसी तरह से, 'यह शरीर मैं हूँ, यह हड्डी-मांस का चपंिरा मैं हूँ, मैं हूँ,' यह गलत आदत आपको सतायेगी। इसे मन से आपको हटाना पडेगा, 'हट्! हट् !' मन से हटाने का क्या तरीका है? इसमें अपनी बुस्तद्ध का प्रयोग करके इसको हटाना पडेगा। क्योंचक मन में समझ नहीं ंहै, ज्ञान नहीं ंहै, वह अज्ञानी है। बुस्तद्ध में ज्ञान है। मन तो ऐसा है िैसा चक अाँधेरा है और बुस्तद्ध ऐसी है िैसा प्रकाश है। यचद बुस्तद्ध को अच्छा ग्रन्थ पढ़ कर, भगवद्गीता ज्ञान की बात को सुन कर आपने ठीक बनाया तो, ये बुस्तद्ध आपको काम देगी। बुस्तद्ध में िब प्रकाश आ िाता है, चववेक आ िाता है और िब आप पचवत्र िीवन के द्वारा बुस्तद्ध में शुद्धता-पचवत्रता लायेंगे, तब वह बुस्तद्ध काम देती है। लेचकन इस में आप गलत चविारों ंको रखते हैं तो अकल-बुस्तद्ध भ्ष्ट हो िाती है। रावण में खूब अकल थी, बडा बुस्तद्धशाली था, लेचकन बुस्तद्ध भ्ष्ट हो गयी थी। उसके अन्दर अहंकार और अवगुण बैठ गये थे। दुयोधन और कौरव भी बडे बुस्तद्धशाली थे, रािकुमार थे, उनकी भी बुस्तद्ध भ्ष्ट हो गयी थी, बुस्तद्ध दुबुिस्तद्ध हो गयी थी। ऐसी दुबुिस्तद्ध आपकी दुश्मन बन िाती है। और ऐसी बुस्तद्ध िो है वह आपके मन को साफ करने में, पुरानी आदत को हटाने में काम नहीं ंदे सकती। ऐसी अकल आपको इस संसार में िालाक बना सकती है, लेचकन आपको मोक्ष नहीं ंचदला सकती। शबरी की बुस्तद्ध ऐसी नहीं ंथी, इस कारण भगवान् श्री राम खोिते करते-करते उसके यहााँ पहुाँिे। ऐसी दुबुिस्तद्ध रावण में थी, इस कारण राम को उसे मारना पडा। शुद्ध, पचवत्र बुस्तद्ध आपकी परम चमत्र है। दूचर्त बुस्तद्ध आपकी दुश्मन है। बुस्तद्ध को पचवत्र बना करके मन को शुद्ध करो। मन के अज्ञान को चनकालो और सत्य का अभ्यास करो।

ऐसा करने से बडे से बडा दुःख भी आपको चहला नहीं ंसकता, भयभीत नहीं ंकर सकता, कभी आपके अन्दर दुबिलता नहीं ंआ सकती और कभी भी आपके अन्दर चकसी प्रकार का अवगुण, दोर् प्रवेश नहीं ंकर सकता। और परमाा को हमेशा यह प्राथिना करो, 'हे प्रभु! मैं आपका एक अंश हूँ, तू िैसा है, वैसा मैं हूँ। कृपा करके आप ऐसी दया करो चक आपको मैं कभी भूलूाँ नहीं।ं मेरी बुस्तद्ध में चदव्यता का यह ज्ञान बनाये रखो। िैसा मैं

चदव्य हूाँ, ऐसा मेरा िीवन भी चदव्य हो। मेरा चविार भी चदव्य हो। चदल का भाव भी चदव्य हो। मेरी वाणी और वातिा भी चदव्य हो, सब कायि चदव्य हों।ं'

यही मााँगना िाचहए एवं यही प्राथिना करनी िाचहए भगवान् से, 'है प्रभो! मुझे आप अपनी शास्तन्त एवं प्रेम का प्रचतचनचध बनाओ। प्रेम और शास्तन्त का दूत बनाओ। अपने िीवन द्वारा मैं आपकी चदव्य शास्तन्त और प्रेम को ही प्रकट करूाँ! िहााँ पर घृणा है, द्वेर् है वहााँ पर मैं प्रेम को ले आऊाँ, िहााँ पर िोध है, वहााँ पर क्षमा को ले आऊाँ, िहााँ चनराशा है वहााँ पर मैं आशा को ले आऊाँ, िहााँ पर शंका और संशय है, िहााँ पर अश्रद्धा और अचवश्वास है वहााँ पर मैं चवश्वास को और श्रद्धा को ले आऊाँ। िहााँ पर संघर्ि और झगडा है वहााँ पर मैं एकता को ले आऊाँ। िहााँ अशास्तन्त है वहााँ शास्तन्त ले आऊाँ और िहााँ पर भी दुिःख है, शोक है, चिन्ता है, वहााँ पर मैं सुख को ले आऊाँ। ऐसी दुचनया में मैं आपकी चदव्यता को ले कर आऊाँ। मैं सबको प्रेम दूाँ और सबको समझने की कोचशश करूाँ। सबके साथ सहनशीलता का बतिाव करूाँ। सबके साथ क्षमाशीलता का व्यवहार करूाँ। चकसी से कुछ नहीं ंमााँगूाँ। सबको सब-कुछ मैं देता िाऊाँ। हे प्रभो! मुझे आप अपना ऐसा प्रचतचनचध बनाओ, अपनी चदव्यता का दूत बनाओ, अपने प्रेम और शास्तन्त का दूत बनाओ। चदन-प्रचतचदन मैं अपने िीवन को इस प्रकार की चदव्यता से सम्पन्न बनाता िाऊाँ।' सबसे सुन्दर यह प्राथिना है और हर रोि, हमेशा इस प्राथिना को भगवान् के िरणों ंमें पहुाँिाना िाचहए। और भगवान् के पास आपकी प्राथिना पहुाँिने में कोई देर नहीं ंहोगी। सरकार में कुछ पूछना हो तो बहुत देर लगती है, क्योंचक सरकार बहुत दूर बैठी है। भगवान् चदल्ली में नहीं ंबैठे हैं, भगवान् भोपाल में नहीं ंबैठे हैं। गुमुरगुण्डा में हैं, आपके घर में हैं। आपके चलए बहुत चनकट हैं। आप स्वयं अपने चलए चितने चनकट हैं, उससे भी ज्यादा चनकट हैं भगवान् आपके। देखो ये अंगुली आपके चकतनी चनकट है! आप उसको तुरन्त स्पशि कर सकते हैं। लेचकन भगवान् आपके इससे भी ज्यादा चनकट हैं। क्योंचक यह अंगुली आपके बाहर है, भगवान् आपके अन्दर हैं। वह चनकट से भी ज्यादा चनकट हैं। आप प्राथिना करेंगे, तुरन्त उनको प्राथिना पहुाँि िाती है और उनका िवाब भी तुरन्त आ िाता है। चदल्ली से तार आने में एक हफ्ता हो िाता है, भगवान् के पास देर नहीं ंहोती है। प्रेम से पूछना िाचहए-चबना प्रेम से पूछा तो बहुत देर हो िाती है।

लग़ा ले प्रेम ईश्वर से अगर तू मोक्ष चाहता है।
नहीं ंिो पाताल के अन्दर, नहीं ंिो आकार् के ऊपर।
सदा िो पास है तेरे कहाँ ढूंढत जाता है।

प्रेम ही उनके चलए रािा है। भस्तक् से तुरन्त आप उनके पास पहुाँि सकते हैं। प्रह्लाद ने इसी को बताया। शबरी ने इसी को बताया। मीराबाई ने इसी को बताया। रामकृष्ण परमहंस ने भी इसी को बताया। स्वामी चशवानन्द िी यही बोलते हैं, हमारे भगवान् यहााँ हैं, अब हैं, बाहर भी हैं, अन्दर भी हैं। यही आपके सनातन धमि का, वेद का ज्ञान बताता है। यही वेदान्त के उपचनर्द् आपको बताते हैं। यही भगवद्गीता बताती है। रामायण और भागवत यही बताते हैं। भगवान् अभी हैं यहीं ंपर हैं।

६. भगवान् से सम्बन्ध िोडें

("गुमरगुण्डाछत्तीसगढ़में२१४९२कोचदयागयाप्रविन।)

उज्ज्वल आि स्वरूप, परमचपता परमाित की अमर सन्तान !

भगवान् शंकर चवशेर् करके िंगल में, पवित में चनवास करने वाले हैं। वे राम और कृष्ण िैसे रािमहल में रहने वाले नहीं ंहैं। पवित के ऊपर या पेड के नीि आसन लगा करके ध्यान में बैठते हैं। उनकी पूिा के चलए बािार से सामग्री खरीदने की िरूरत नहीं ंहै। िल, दो–िार चबल्व पत्र और पुष्प आचद से पूिा पूरी हो िाती है एवं शंकर भगवान् प्रसन्न हो िाते हैं। ऐसे भगवान् शंकर की कृपा और अनुग्रह आप सबके ऊपर िाहता हूँ एवं प्राथिना भी करता हूँ।

मैं ियपुर से िार-पााँि घंटे का सफर करके भरपूर गमी में यहााँ पर एक बिे पहुाँिा हूँ। सफर के पररश्रम और थकान से कुछ बेिैन रहा। भगवान् शंकर ने ठण्डी हवा भेि दी, बादल करके थोडी वर्ाि भी कर दी। मेरे िैसे बेकार, नालायक आदमी के चलए शंकर भगवान् ने इतनी बडी कृपा कर दी तो सिे भक् के चलए क्या नहीं ंकर सकते ? सिे चदल से उनकी भस्तक् करने से दुचनया का सब कुछ, िो भी आप िाहते हैं, वे दे देंगे।

भगवान् शंकर ने आपको यहााँ िंगल में बैठे-बैठे ही अपने खास चप्रय पुत्र स्वामी चशवानन्द िी महाराि का सन्देश भेि चदया है। बडे-बडे महापुरुर् हमारे स्वामी िी को शंकर भगवान् का अंशावतार मानते थे एवं

शंकर स्वरूप ही समझते थे। शंकर भगवान् का आपके ऊपर चकतना महान् प्ेरेम, महान् कृपा है, थोडा सोचिए। आपको सुदूर उत्तर प्रदेश, चहमालय क्ेषेत्र, गंगा के तीर िाना नहीं ंपडा। यहााँ बैठे-बैठे ही आपके प्रदेश गुमुरगुण्डा में गुरु महारि स्वामी चशवानन्द िी के ज्ञान का प्रकाश इस सेवक के माध्यम से आकर पहुाँिा है। इसी को भगवान् का अनुग्रह और कृपा कहते हैं। आप और हम उनके हैं, इसचलए यह कृपा हुई है।

'हम भगवान् के हैं, भगवान् हमारे हैं' ऐसा याद रखने से भगवान् से सदा सम्पकि बना रहता है। इस समं्बंध को िो भूल िाता है, उनका बडा दुभाग्य है। भगवान् को भूलने से शास्तन्त, आनन्द, ज्योचत नहीं ंचमलती है, बस्तल्क संसार की खटपट, अशास्तन्त, झगडा-फसाद, राग-द्ेवेर् चमलता है। प्रपंि के बीि में रहते हुए भी आनन्द और शास्तन्त को कैसे प्राि करें, इसका क्या रहस्य है? भगवान् से सदैव आन्तररक समं्बंध िोड कर रखो। आप कहीं ं भी, चकसी भी पररस्तस्थचत में रहेंगे, आपके मन में चदव्य शास्तन्त चदव्य आनन्द, चदव्य ज्योचत सदा साथ रहेगी।

ये देखो, िारों ंओर राचत्र का अन्धकार छा गया है, िंगल-पवित सभी िगह अने्धेरा ही अने्धेरा है। चफर भी यहााँ पर प्रकाश है। यह प्रकाश कैसे आया? एक समं्बंध से। चबिली की तारों ंसे समं्बंध िोड कर प्रकाश प्राि चकया। ऐसे ही हमारे और भगवान् के बीि में समं्बंध की बात है। इसी समं्बंध द्वारा हमारा िीवन अन्धकर से प्रकाशमय बन सकता है। दुि:ख-कष्ट के बीि में भी सुख का अनुभव कर सकते हैं। बाहर की अशास्तन्त वातावरण में भी अपने अन्दर चदव्य शास्तन्त का अनुभव कर सकते हैं। भय में चनभियता का अनुभव होगा।

चनराशा से कमिोरी आने पर हम आशा से भरपूर एवं शस्तक्शाली बन िाते हैं। घृणा और द्ेवेर् के बीि में भी अपने हृदय में प्ेरेम और शास्तन्त को स्थाचपत कर सकते हैं। इन सब बातों ंका आपको, आपके आध्यास्तिक

दादा स्वामी चशवानन्द िी ने बताया है, पाररवाररक कुटुम्ब के दादा िी ने नहीं।ं

आि से १०५ वर्ि पूवि भारतवर्ि में इनका िन्म हुआ था एवं ७५ वर्ि तक िीचवत रहे। दूसरों ंके चहत एवं भलाई के चलए अपना िीवन चबताया। दुचनया में सभी सुखी रहें एवं शास्तन्त का अनुभव करें, यही िाहना थी। इसचलए पूरी दुचनया उनको याद करती है। उनको शरीर छोडे २९ वर्ि हो गये, चकनु्त अभी भी गुि एवं सूक्ष्म रूप से सबकी भलाई के चलए कायि कर रहे हैं। वही शस्तक् आप लोगों ंकी भलाई सोिकर चपछले वर्ि भी इस दास को ले आई और इस समय भी ले आई। शंकर भगवान् एवं गुरु महारि स्वामी चशवानन्द िी की आपके ऊपर चवशेर् दया और चवशेर् प्ेरेम है। इसी चलए इस प्रकार का कायिम बनाकर, हमको यहााँ भेिकर और आप सब को यहााँ पर बुलाकर कुछ ज्ञान देना िाहते हैं। भगवान् के नाम को अपने साथ रखना सबके चलए सुलभ और प्राप्य उपाय है। इसके चलए चवशेर् अचधक पढ़ाई की िरूरत नहीं ंहै। भगवान् का नाम और भगवान् दोनों ंएक ही हैं। िहााँ भी भगवान् का नाम है, वहााँ अंचधयारा नहीं ंहै, वहााँ उिाला ही उिाला है।

'हरर नाम प्यारा, सबका सहारा,
हरर नाम जपके सुि रखन्त पािो।
कहे ननिृनर्त्, हरर नाम भखि,
हरर नाम र्खि दि मुखि।'

हरर ॐ तत् सत्।